المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية - دولة الكويت

(198) سلسلة الثقافة الصحية

النباتات الطبية
واستخداماتها العلاجية



تأليف

د. وائل محمد الأغواني

مراجعة: المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

2024م

المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية ـ دولة الكويت

سلسلة الثقافة الصحية

النباتات الطبية
واستخداماتها العلاجية

تأليف

د. وائل محمد الأغواني

مراجعة

المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

الطبعة العربية الأولى 2024م

ردمك: 978-9921-782-67-7

ص.ب 5225 الصفاة ـ رمز بريدي 13053 ـ دولة الكويت

هاتف : 25338610/1 (965)+ فاكس : 25338618 (965)+

البريد الإلكتروني: acmls@acmls.org

بسم الله الرحمن الرحیم

المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

منظمة عربية تتبع مجلس وزراء الصحة العرب، ومقرها الدائم دولـة الكـويـت وتهدف إلى:

- توفير الوسائل العلمية والعملية لتعليم الطب في الوطن العربي.
- تبادل الثقافة والمعلومات في الحضارة العربية وغيرها من الحضارات في المجالات الصحية والطبية.
- دعم وتشجيع حركة التأليف والترجمة باللغة العربية في مجالات العلوم الصحية.
- إصدار الدوريات والمطبوعات والأدوات الأساسية لبنية المعلومات الطبية العربية في الوطن العربي.
- تجميع الإنتاج الفكري الطبي العربي وحصره وتنظيمه وإنشاء قاعدة معلومات متطورة لهذا الإنتاج.
- ترجمة البحوث الطبية إلى اللغة العربية.
- إعداد المناهج الطبية باللغة العربية للاستفادة منها في كليات ومعاهد العلوم الطبية والصحية.

ويتكون المركز من مجلس أمناء حيث تشرف عليه أمانة عامة، وقطاعات إدارية وفنية تقوم بشؤون الترجمة والتأليف والنشر والمعلومات، كما يقوم المركز بوضع الخطط المتكاملة والمرنة للتأليف والترجمة في المجالات الطبية شاملة المصطلحات والمطبوعات الأساسية والقواميس، والموسوعات والأدلة والمسوحات الضرورية لبنية المعلومات الطبية العربية، فضلًا عن إعداد المناهج الطبية وتقديم خدمات المعلومات الأساسية للإنتاج الفكري الطبي العربي.

المحتويات

المقدمة

تُعرَّف النباتات الطبية بأنها تلك التي تمتلك مزايا وخصائص طبية قادرة على معالجة بعض الأمراض لدى الإنسان. ويحتوي النبات الطبي على المادة الفعَّالة في أحد أجزائه أو جميعه، وهذه المواد الفعّالة قد تكون مادة واحدة أو أكثر، ولها تأثيرات فيزيولوجية (وظيفية) في علاج الأمراض، وذلك في صورتها النقية بعد استخلاصها، أو في صورتها الطبيعية (طازجة، أو جافة، أو مُستخلَصة جزئيًا) .

تم اكتشاف النباتات الطبية التي تسمى أيضًا الأعشاب الطبية، واستخدامها في ممارسات الطب التقليدي منذ عصور ما قبل التاريخ، ولقد استُخدِمت النباتات الطبية بوصفها علاجًا أساسيًا لمختلف الأمراض في مختلف ثقافات العالم ولا يزال هناك حوالي 80% من سكان العالم يستخدمون النباتات الطبية باعتبارها طبًا بديلًا تقليديًا لعلاج عديد من الأمراض .

تمتلك النباتات الطبية خصائص بيولوجية عديدة يجب اكتشافها والتعرُّف عليها وتوثيقها لاستخدامها بأمان مع ضرورة توجيه الآخرين استخدامها الاستخدام السليم، حيث تمتلك بعض النباتات آثارًا جانبية ضارة على الإنسان والحيوان، وفي بعض الأحيان قد تكون سامة تؤدي إلى إتلاف أعضاء الجسم .

ونظرًا لأهمية هذا الموضوع فقد جاء اختيار المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية لتأليف هذا الكتاب «النباتات الطبية واستخداماتها العلاجية» ليكون ضمن سلسلة الثقافة الصحية، وقد قُسِّم الكتاب إلى خمسة فصول، تناول الفصل الأول منها النباتات الطبية ومركباتها الصيدلانية، وتحدث الفصل الثاني عن النباتات الطبية واستخداماتها في علاج الأمراض القلبية الوعائية، ثم يستعرض الفصل الثالث النباتات الطبية واستخداماتها في علاج الأمراض الهضمية الشائعة و داء السكري، كما قدم الفصل الرابع شرحًا مفصلًا حول النباتات الطبية المسكِّنة للآلام والمهدِّئة للأعصاب والمضادة للالتهاب .

واُختُتِم الكتاب بفصله الخامس بالحديث عن النباتات الطبية واستخداماتها في علاج الحصى الكلوية والأمراض الجلدية .

نأمل أن يكون هذا الكتاب قد بيَّن مفهوم النباتات الطبية ومدى أهميتها وأنواعها، وكيفية استخدامها، وأن يكون إضافة جديدة تُضَم إلى سلسلة الثقافة الصحية التي يصدرها المركز.

والله ولــي التوفيق،،

الأستاذ الدكتــور مـرزوق يوسف الغنيـم
الأمين العام
للمركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

المؤلف في سطور

- **د. وائل محمد الأغواني**

– سوري الجنسية – مواليد عام 1974 م .

– حاصل على:

- إجازة في الصيدلة ، والكيمياء الصيدلية - كلية الصيدلة - جامعة دمشق - الجمهورية العربية السورية – عام 1996 م .
- دبلوم في علم تأثير الأدوية - كلية الصيدلة - جامعة دمشق - الجمهورية العربية السورية - عام 1998م .
- درجة الماجستير في علم تأثير الأدوية - كلية الصيدلة – جامعة دمشق – الجمهورية العربية السورية - عام 2004م .
- درجة الدكتوراه في علم تأثير الأدوية - كلية الصيدلة – جامعة دمشق – الجمهورية العربية السورية - عام 2009م .

– يعمل حاليًا عميد كلية الصيدلة - جامعة الاتحاد الخاصة - دمشق - الجمهورية العربية السورية.

الفصل الأول

النباتات الطبية ومركباتها الصيدلانية

تختلف النباتات الطبية عن أي نبات آخر في احتوائها على بعض المركبات ذات التأثير العلاجي الدوائي التي يرجع لها سبب تصنيف تلك النباتات على أنها طبية. يُراعى عند التعامل مع تلك النباتات مجموعة من الاعتبارات أهمها ما يأتي:

- الجزء المُستخدَم من النبات ذو الأهمية الطبية الذي ينبغي فصله وحفظه للاستخدام لاحقًا فلكل نبات جزء معين يُستخدَم كي يحقق الفائدة القصوى؛ نظرًا لارتفاع تركيز المواد الفعَّالة فيه. ومن أهم الأجزاء التي يتم عزلها للاستخدامات العلاجية: الأوراق، والبراعم، والقمم المُزهرة، والأزهار، والثمار، والجذور، والجذامير، واللحاء، والقشور التي تحيط بثمار النباتات من الفاكهة والخضراوات .
- المكونات الفعَّالة في النبات وطرق فصلها.
- البيئة التي يتوفر فيها النبات، سواءٌ أكان في البيئة الطبيعية البرية، أم أنه مزروع في الحقول.

ولا بد أولًا من التأكد من النبات الطبي وتصنيفه، حتى لا يتم خلطه مع أنواع غير طبية شبيهة به، وصفاته الذاتية المحددة (توصيف الشكل والأقسام بدقة مثل: شكل الورقة، والأزهار، ولونها، وعدد البتلات)، ويُستحسن فحص مقاطع نسيجية منه تحت المجهر؛ وغالبًا ما يتم ذلك بواسطة مختصين في التصنيف النباتي؛ لتأتي بعدها المراحل المتتابعة التي يمر بها النبات لتحفيزه وإعداده للاستخدام.

المراحل التي يمر بها النبات من الجمع حتى الاستخدام

1. **مرحلة الجمع:** يجب أن يكون الشخص الذي يقوم بالتجميع على معرفة بصفات النبات المطلوب، وبأماكن وجوده الطبيعية، أو التي تم استزراعه فيها، وفقًا للأسس الآتية:

ـ يُجمَع النبات كاملًا، أو أوراقه، وأزهاره في منتصف النهار، أما الجذور فتُجمع من التربة الرطبة لسهولة اقتلاعها.

ـ يُجمَع النبات أو أجزاؤه في الفصل، أو التوقيت المناسب الذي تكون فيه مكوناته الفعَّالة في ذروة تراكيزها التي ترتبط بتوقيت معين من دورة حياة النبات. فمثلاً: إذا كانت الأزهار هي المطلوبة، تُقطَف خلال أوج الإزهار، أما الأوراق ففي بداية الإزهار، والقشور تُجمَع خلال الربيع.

ـ الحرص الشديد على نقاء المقطوفات النباتية في أثناء الجمع من الأتربة والأوساخ، والأعشاب الضارة، والحشرات والمبيدات وغيرها.

2. **مرحلة التنظيف:** وهي مرحلة ضرورية بهدف تنقية النبات وأجزائه من الشوائب، ويحبذ أن تُجرى بعد الجمع مباشرة. بالنسبة للأوراق، والأزهار، والجذور، يتم تنظيفها بتيار من الماء المُنقى بدرجة حرارة الغرفة.

3. **مرحلة التجفيف:** وهي عملية أساسية؛ إذ إنها تساعد في الحفاظ على خواص النبات ومكوناته الفعَّالة وغايتها الجوهرية استبعاد الرطوبة من العَقَّار النباتي لعدة أهداف:

أ. ينشط الماء إنزيمات النبات التي تقوم بتقويض (تكسير) المركَّبات الفعَّالة؛ لذا فإن التجفيف يحافظ عليها.

ب. يساعد تجفيف الأجزاء النباتية على طحنها تمهيدًا لاستخلاصها بالمحاليل العضوية، أو الماء وتحضير مختلف الأشكال الصالحة للاستخدام، كما يؤمِّن التجفيف الجيد الحماية من ظهور الفطريات ونموها، والتعفن في أثناء التخزين، وتتعدد طرق التجفيف حسب نوع النبات، ومكوناته، وطبيعة أنسجته، ونسبة الماء فيه.

ومن أنواع طرق التجفيف الآتي:

- التجفيف الطبيعي: ويتم ضمن الشروط الطبيعية، إذ يجري وضع الأجزاء النباتية على سطوح نظيفة واسعة، وفي طبقة واحدة دون تراكبها وتوضع في غرف مظلمة مهواة باستمرار لعدة أيام حتى تصل النباتات إلى درجة الجفاف التام.
- التجفيف الصناعي: يجري فيه ضبط لشروط التجفيف من درجة حرارة مناسبة وتيار الهواء، وغالبًا يتم ذلك في أفران خاصة، ومن ميزاته السرعة في إيقاف نشاط الإنزيمات المحللة والحصول على العقار الجاف، ومن أهم طرق التجفيف الصناعي ما يأتي:

- التجفيف بالأنفاق: وهي طريقة تجفيف تتم بواسطة تيار من الهواء الساخن والجاف، ويتم فيها استخدام أفران خاصة عبارة عن بناء مستطيل، وله بابان من الجهتين، في الطرف الأول مصدر حراري، وفي الطرف الآخر جهاز تهوية منظَّم، ثم يوضع النبات في عربات صغيرة تجري بينهما. تُستخدم هذه الطريقة لتجفيف كميات كبيرة من النبات.
- التجفيف في فرن التجفيف بالفراغ: تُستخدم هذه الطريقة لتجفيف كمية صغيرة من النباتات وذلك بوضعها في فرن مخبري مناسب، وضبط الحرارة، والضغط الجوي. وتساعد تلك الطريقة في التخلص السريع من الرطوبة؛ مما يسمح بالمحافظة على أكبر قدر ممكن من المواد الفعَّالة.
- طريقة التجفيد (Lyophilization) (التجفيف بالتجميد والفراغ): وهي طريقة مبتكرة وفعَّالة للتجفيف، تُجرى على مرحلتين، الأولى يتم فيها تجميد الماء داخل النسيج النباتي بدرجات حرارة منخفضة جدًا (أقل من - 20 درجة سيليزية)، ثم يتم تفريغ الهواء من المستحضر المجمَّد فينتقل الماء من الحالة الصلبة (الجليد) إلى الحالة الغازية (البخار) ودون المرور بالحالة السائلة، وهي طريقة فعَّالة لكنها مكلِّفة.

4. **مرحلة الحفظ، والتخزين، والتعبئة:** لا بد من مراعاة طبيعة النبات، خاصة إذا كان النبات يمتص الرطوبة بسهولة، وهنا لا بد من وضع مواد ماصة للرطوبة في العبوات، وهناك أنواع أخرى من النباتات قد تُصاب بالحشرات الضارة، فُينصح بوضع مضاد حشري ضمن عبوة منفصلة عن عبوة الأجزاء النباتية،

ويُستحَب عمومًا الحفظ ضمن عبوات مُحكَمة الإغلاق ومعتمة للضوء. كذلك يجب أن يكون مكان التخزين جافًا، حتى لا تنشط الإنزيمات المسؤولة عن التحلل، ومنخفض الحرارة (حتى لا تتطاير الزيوت العطرية من بعض النباتات العطرية مثل، اليانسون).

أهم الأشكال الصيدلانية المحضَّرة من النباتات أو خلاصاتها:

أ ـ الأشكال الصلبة (الأقراص المضغوطة والكبسولات): قد تحوي الأقراص المضغوطة والكبسولات مسحوق النبات الخام (مثل: مسحوق الأوراق، أو الأزهار)، ولكن غالبًا ما يكون محتواها هو المسحوق الجاف للخلاصة، وبمقادير مدروسة. وقد يتم وضع الزيت العطري ضمن بعض الأشكال الصلبة مثل: المحافظ الجيلاتينية (الكبسولات).

ب ـ الأشكال السائلة/ (أشربة): وتحوي الخلاصات النباتية المكثَّفة، وتتم إضافة بعض الإضافات المقنِّعة للطعم لها (تخفي المذاق السيىء)، والحافظة وأحيانًا الملونات.

جـ ـ الكريمات والمراهم الجلدية: وتعتمد على دمج الخلاصة النباتية اللينة، أو الصلبة مع مكونات أخرى التي تشكل أساس الكريمات والمراهم التي تسهِّل تطبيقها على الجلد واختراقها لطبقاته لإعطاء الفعالية المطلوبة.

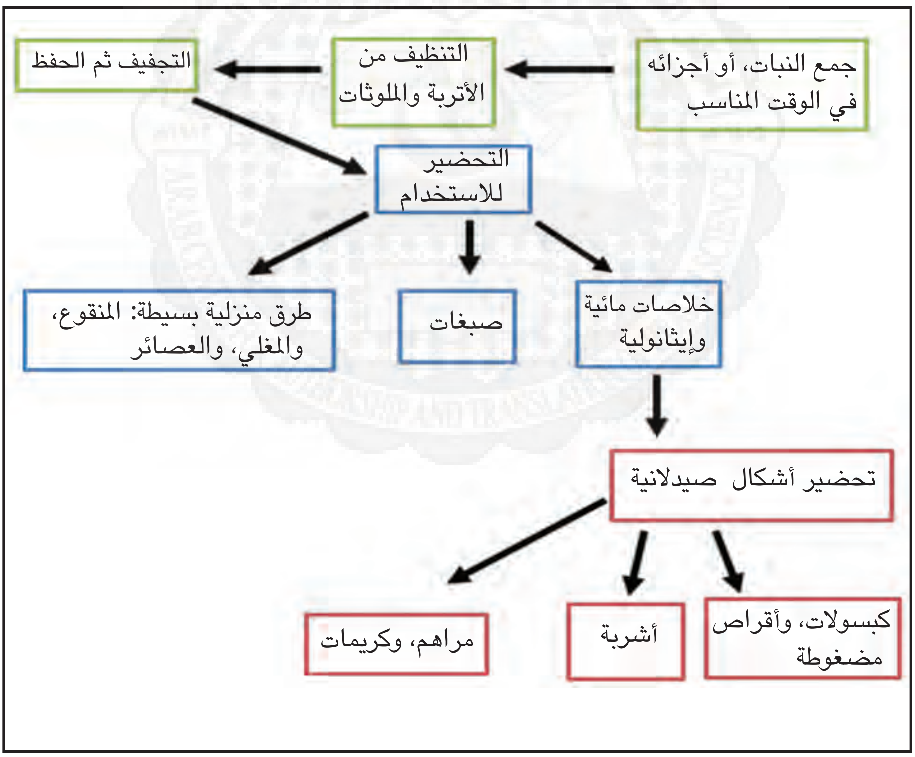
ومن أهم الطرق التي تُستَخدَم في المنزل لتحضير المستحضر:

1. **المنقوع:** ويتم فيه وضع الجزء الذي يتم استخدامه (المجفف غالبًا) من النبات (قد يكون مسحوقًا، أو غير مسحوق)، في وعاء مناسب، ثم يضاف إليها الكمية المناسبة من الماء المغلي، ويُترك لفترة زمنية قد لا تتجاوز الساعة في معظم الأحيان، ثم يتم إجراء عملية التصفية (الترشيح) للحصول على السائل الذي يحوي ما تم استخلاصه من النبات، ويمكن هنا استخدام قطعة قماش، أو ما شابهها للتصفية. ويُفضَّل تناوله مباشرة وعدم تركه للاستخدام اللاحق حفاظًا على المكونات الفعَّالة من التلف، أو حفظه في البراد لمدة يكون أقصاها يومان.
2. **المغلي:** يتم تحضيره بغلي مسحوق الجزء النباتي مع حجم معين من الماء، بعد حساب المقادير المناسبة من المسحوق والماء، حيث يوضع المسحوق في وعاء الغلي، ويضاف له الماء الساخن، ويُترك المزيج للغلي على نار هادئة

لفترة لا تتجاوز الساعة. ثم بعد فترة التبريد يُصفى المزيج بقطعة قماش مناسبة للحصول على السائل المرتشح، ثم تناوله مباشرة، أو الاحتفاظ به في البراد لأيام معدودة.

3. **العصائر:** يمكن استخدام عصير الأعشاب وثمار الفواكه والخضار الذي يحوي أحيانًا تنوعًا وافرًا من المكونات الفعَّالة وبكميات مناسبة، ومن مميزاته: سهولة التحضير، والتناول.

4. **الكمادات:** يُستخدَم النبات بشكله الطازج بعد السحق والعجن مع كمية من الماء الدافئ، أو الأجزاء المجففة منه بعد طحنها وعجنها مع مادة حاملة مثل: الدقيق أو طحين الذرة وغيرها، ثم توضع العجائن السابقة ضمن قطع قماش رقيقة تُطبَّق مباشرة على الجلد.



شكل يوضح المراحل العامة للتعامل مع النباتات الطبيعة من الجمع حتى الاستعمال.

أهم المواد الفعَّالة في النباتات المستخدمة للأعراض الطبية

تحتوي النباتات الطبية على مواد وعناصر كيميائية متنوعة ومن ضمنها المركبات الفعَّالة الأساسية التي تمتلك تأثيرات فيزيولوجية جعلتها ذات استخدام طبي. وتختلف تراكيز تلك المركبات بالنسبة لنبات معين حسب القسم المُستخدَم منه، وحسب التربة والبيئة التي ينمو فيها، والموسم الذي تم فيه القطاف والجمع، ومن أهم مكونات النباتات الفعَّالة ما يأتي:

أولاً- الماء: تحتوي النباتات على نسبة كبيرة من الماء (الرطوبة)، وخاصة في الأوراق، ومن الضروري التخلص من الرطوبة بدرجة شبه كاملة بعمليات التجفيف وقبل التخزين والحفظ.

ثانيًا- العناصر المعدنية: مثل: الكربون، والأكسجين، والنيتروجين، والهيدروجين، والفسفور، والكلور، والكبريت، كما تحتوي النباتات على معادن أساسية مثل: الكالسيوم، والصوديوم، والبوتاسيوم، والمغنيزيوم، والحديد. وتحتوي النباتات على هذه المعادن بكميات مختلفة.

ثالثًا- الزيوت العطرية الطيارة: وهي زيوت تُستخرَج من النبات، تتميز بأنها رائقة قد تكون أقل، أو أكثر كثافة من الماء، ولها رائحة فوّاحة، وتُدعى طيارة (Volatile)؛ لأنها تتبخر عند التعرُّض للهواء بدرجات الحرارة العادية؛ وغالبًا ما تتركز الزيوت في أنسجة محددة كالأوبار المفرَزة (البابونج والنعنع)، أو في جيوب مفرزة مثل: قشور الحمضيات، وتُستخلَص بطريقة الجرف ببخار الماء.

رابعًا- الهيدروكربونات: وهي مركَّبات طبيعية ذات أهمية، وألكانات طويلة السلسلة، تدخل في تركيب الزيوت الطيارة مثل: الليمونين.

خامسًا- الكربوهيدرات (Carbohydrates): تتألف الكربوهيدرات من اتحاد الكربون، والهيدروجين، والأكسجين. وهي من المكونات الأولى التي تنشأ نتيجة عملية التمثيل الضوئي، وتشكل غالبًا القسم الأكبر من بِنية النبات، وبعض الكربوهيدرات مسؤولة عن الهيكل الخلوي الصلب من مثل: السليولوز، وبعضها الآخر يكون مسؤولاً عن توفير مدخر غذائي أساسي مثل: النشاء. وتدخل الكربوهيدرات باعتبارها وحدة سكرية مع عديد من المركَّبات الأخرى مثل: الجليكوزيدات، والصمغ، وإجمالاً تُصنَّف الكربوهيدرات إلى: أحاديات السكاريد، وثنائيات، وثلاثيات، ورباعيات السكاريد، وعديدات السكاريد.

سادسًا- الفينولات (Phenols): تُعدّ الفينولات أحد نواتج الاستقلاب الثانوي في النبات، ومن أهم مجموعاتها:

- **المركَّبات الفينولية البسيطة:** وتضم مركَّبات مهمة في بعض النباتات مثل: يوجينول في القرنفل، والفانيلين في نبات الفانيليا.
- **التانينات:** عبارة عن عديد فينولات، وتوجد في الخلاصات النباتية، وقد استُخدِم بعضها لمنع تفسّخ جلود الحيوانات، وتتفرَّع التانينات إلى عدة أنواع؛ فمنها القابلَة للتحليل بالماء مثل: حمض الجاليك، ومنها غير قابل للتحليل بالماء، وبعضها يعطي اللون المميز لبعض أجزاء النبات مثل: الفلوباتانينات الذي يعطي اللون الأحمر لنبات لحاء الكينا. وقد يوجد هناك تانينيات معقَّدة. وتملك التانينات تأثيرات بيولوجية مختلفة، فمنها مثلًا مضاد للإسهال والآخر مطهر للحلق والبلعوم.
- **الكومارينات والجليكوزيدات الكومارينية:** وهي من المركَّبات الشائعة في النباتات وتوجد بحالتين: الحرة والجليكوزيدية، ومن أشهرها: إسكوليتين والسكوبوليتين، ولها تأثيرات متعددة، من مثل: التأثير المضاد لتخثر الدم، والمضاد للجراثيم والفطريات.
- **الأنثراكينونات:** توجد بحالة حرة وحالة جليكوزيدية، وهي شائعة في نباتات مثل: السنا الذي يحوي مُركَّب الألوايمودين، ويتمتع بعضها بصفات مليِّنة للجهاز الهضمي.
- **الفلافون والجليكوزيدات الفلافونويدية:** حيث تُعدّ الفلافونويدات المجموعة الكبرى من مركبات الفينول الطبيعية. يكون لونها غالبًا الأصفر، وهي شائعة في معظم النباتات الراقية (الوعائية) والأجزاء الغضَّة (الطرية) الفتية والأزهار. وقد ثَبُتَ أن لها كثيرًا من التأثيرات المعتمد عليها لبعض النباتات، فهي مفيدة في منع تصلب الشرايين، وتخفيض الضغط الدموي، ولها تأثيرات مضادة للتخثر، ومضادة للتشنج، ومضادة للأورام وغير ذلك، ومن أهم الفلافونويدات: الكويرسيتين (Quercetin)، والكمفيرول (Kaempferol)، والهيبروزيد (Hyperoside).
- **الأنثوسيانينات:** وهي فلافونويدات على قرابة بنيوية (متشابهة تركيبيًا) من الفلافونات، وهي أصبغة عصيرية؛ وغالبًا ما تمنح أجزاء النبات، وخاصة الأزهار لونها المميز. ومن أمثلة هذه المركَّبات: السيانيدين، البيونيدين.

سابعًا- المركَّبات التربنتينية والستيرويدية: المركَّبات التربنتينية عبارة عن فحوم هيدروجينية، ومثالها الليمونين الموجود في الزيوت العطرية الطيارة.

الستيرويدات: وهي أغوال (كحولات) (نوع من المركبات العضوية التي تحمل على الأقل مجموعة واحدة من الهيدروكسيل) ثانوية وتوجد في النبات إما بحالة حرة، أو بحالة إستر، وقد تكون مرتبطة مع السكر على شكل جليكوزيدات مقوية لعضلة القلب. ومن الأمثلة على الستيرويدات ذات الفعّالية الفيزيولوجية: الإرجوستيرول، حيث يعطي فيتامين D بعد التعرّض للشمس، والسيتوسترول، الواقي من التصلب العصيدي (تصلب الشرايين).

ثامنًا- القلوانيات (Alkaloids): تشكل القلوانيات مع الجليكوزيدات القسم الأكبر من المكونات الفعّالة في النباتات الطبية، وتُعرَف بأنها مركَّبات عضوية نيتروجينية (لوجود النيتروجين فيها) وذات صفة قلوية، لها تأثيرات فيزيولوجية قوية، وكثير من النباتات الطبية تعود فعاليتها لوجود القلوانيات.

ـ التأثيرات الفيزيولوجية للقلوانيات: تتصف بأنها مواد شديدة الفعّالية الفيزيولوجية، ويختلف عمومًا تأثيرها باختلاف الطبِيعة الكيميائية لها؛ فقد نجد أنها تؤثر في الجملة العصبية المركزية كمثبطات ومسكّنات مثل: الكودين. وبعضها منبه للجملة العصبي مثل: الكافيين، وعدد منها مماثل (ناهضة) للجهاز العصبي التلقائي الودي مثل: الإيفدرين الذي يُستخدَم في حالات البرد، والزكام باعتباره مضادًا للاحتقان، أو مخدرات موضعية من مثل: الكوكايين، وبعضها مضاد للتشنج مثل، البابافيرين. وتملك بعض القلوانيات تأثيرًا مضادًا للملاريا مثل: الكينين.

تاسعًا- الجليكوزيدات: هي مركبات عضوية تتألف من جزأين أساسيين هما: جزء سكري وجزء لا سكري. تنتشر الجليكوزيدات انتشارًا واسعًا في كل النباتات، وعادة ما يعود الفعل الفيزيولوجي للجزء اللاسكري منها؛ فبعضها مقوٍ لعضلة القلب، ومنها ما هو ملين، ومسهل لحركة القناة الهضمية، وبعضها الآخر له خواص مسكِّنة ومضادة للروماتيزم. ومن الأمثلة على الجليكوزيدات: الأربوتين (Arbutin) الموجود في نبات عنب الدب (مطهر بولي ومُدر للبول)، والساليسين (Salicin) الموجود في قشور الصفصاف (مسكن، خافض للحرارة ومُضاد للالتهاب) والجليكوزيدات القلبية مثل: الديجيتوكسين (Digitoxin) الموجود في نبات الديجيتال الصوفي *(Digitalis Lanata)* والمُستخدَم لعلاج قصور القلب الاحتقاني.

الفصل الثاني

النباتات الطبية واستخداماتها في علاج الأمراض القلبية الوعائية والأمراض التنفسية الشائعة

تصيب الأمراض القلبية الوعائية (Cardiovascular diseases; CVDs) كلًا من القلب والأوعية الدموية، وتُعد من أكبر المشكلات الصحية عالميًا ومن أهم تلك الاضطرابات: أمراض الأوعية المحيطية (Peripheral vascular diseases)، ومرض القلب التاجي (Coronary heart disease)، والفشل القلبي (Heart failure)، واحتشاء عضلة القلب (Myocardial infarction)، والنوبة القلبية، واضطرابات شحميات الدم (Dyslipidemia)، وفرط ضغط الدم (Hypertension). وغالبية ما تقدم من الأمراض تنشأ من الاعتلال الوعائي أو تؤدي إليه؛ مما يقود إلى تضرر العضو، فمثلًا قد يعاني القلب الإصابة بالذبحة، وكذلك قد يعاني الدماغ الاحتشاء بسبب الخلل الوعائي. ومعظم أسباب الاعتلال الوعائي تتضمن تصلب الشرايين العصيدي، والخثار (Thrombosis)، وفرط ضغط الدم، وأما عوامل الخطورة للأمراض القلبية الوعائية فتتضمن كلًا من: التدخين، والحمية غير الصحية، وداء السكري، وفرط شحميات الدم، وفرط ضغط الدم.

إن الوقاية من الأمراض القلبية الوعائية تكون من خلال الاهتمام بسلامة البطانة الوعائية، حيث تُظهِر البطانة السليمة خواص موسعة للأوعية، مضادة للتخثر ومضادة للالتهاب. هناك عديد من عوامل الخطورة للأمراض القلبية الوعائية تقود إلى اعتلال الخلايا البطانية (Endothelial cell dysfunction) التي غالبًا تكون العامل الحاسم في الآلية المؤدية إلى تصلب الشرايين العصيدي، والتضيق التاجي القلبي، وإقفار عضلة القلب (Myocardial ischemia). ومن حُسن الحظ أن الاعتلال البطاني قابل للإصلاح بما يفتح المجال أمام المعالجة.

النباتات الطبية والتدبير العلاجي لتشكُّل العصيدة الشريانية وارتفاع ضغط الدم

يمكن للخلاصات النباتية، أو المركَّبات المشتقة منها أن تعدِّل، أو تخفف من الأحداث على المستوى الجزيئي والتي تسهم في فرط ضغط الدم وتشكل العصيدة، مضادات وهما أهم عاملين حاسمين في الأمراض القلبية الوعائية، وتحوي بعض النباتات عددًا كبيرًا من المركَّبات الفعَّالة حيويًا التي لها عدة آليات في الفعل الخلوي، حيث تعمل باعتبارها مضادات أكسدة وموسعات وعائية ومضادات التهاب ومُدرَّات البول، وبذلك يمكن للوصفات العشبية أن تمنع التحوّل المرضي والخلل في الوظائف البطانية، وتفعيل عوامل التخثر، وأكسدة شحميات (دهون) المصل البروتينية، وتشكُّل أنواع الأكسجين التفاعلية. وبسبب تلك التأثيرات المتعددة يمكن للمستحضرات العشبية أن تُستخدَم في الوقاية والتدبير العلاجي طويل الأمد. كما أن بعض المكونات النباتية لها تأثير مباشر على عضلة القلب، ومنها اشتقت عديد من الأدوية المستخدمة في علاج فشل القلب.

النباتات المُقوية لعضلة القلب

نبـات العنصـل البحري *(Urginea maritima)* أو بصل العنصل: من الفصيلـة الهليـونيـة. عشب معمَّر له أبصال، أوراقه ثخينة ولحمية، وذات لون أخضر مزرق، له نورة عنقودية من دون أوراق تحمل مجاميع الأزهار البيضاء. ينتشر في دول حوض البحر المتوسط وشمال إفريقيا، وقد عرفه المصريون القدامى وتعامل معه أطباء العرب.

الجزء المُستخدَم والمكونات الفعالة: البصلة التي تُقتَلَع من التربة في نهاية طور الإزهار، تحتوي على جليكوزيدات مقوِّية لعضلة القلب.

تُستخدَم الخلاصات المحضَّرة منه في أشكال صيدلانية لعلاج فشل القلب، ويُنصح باستخدامه بحذر، إذ يمكن عند الإفراط في استخدام الخلطات الشعبية منه حدوث سُمِّية الجرعة الزائدة؛ لذا يُعد استخدام المستحضرات الصيدلانية أكثر أمانًا.



صورة توضح نبات العنصل البحري.



صورة توضح عشبة أدونيس.

عشبة أدونيس (الأدونيس الصيفي) *(Adonis aestivalis)*: من الفصيلة الحوذانية. نبات عشبي حولي، يكون نموه وإزهاره في فصل الربيع. أوراقه ريشية مُركَّبة، أزهاره حمراء فاتحة أو صفراء، ينتشر في كثير من بلاد الشام.

الجزء المُستخدَم والمكونات الفعّالة: جميع العشب، ويحتوي على جليكوزيدات مقوِّية لعضلة القلب وله دور في تخفيف الوذمات الناتجة عن ضعف القلب.

النباتات التي تملك الفعل المُدِر للبول

يُعد الفعل المدر للبول أمرًا مفيدًا في علاج فشل القلب؛ إذ إن المريض يعاني زيادة حجم السوائل بالجسم، خاصة البلازما؛ مما يزيد الحمولات على عضلة القلب ويفاقم من حالة فشله.

نبات العرعر الشائع *(Juniperus communis)*: وهو نبات شجري ينتمي إلى الفصيلة السروية وينتشر في حوض البحر الأبيض المتوسط.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: الثمار والأوراق، وهي غنية بالفلافونويدات، والقلوانيات، والجليكوزيدات، والمركَّبات الفينولية، ويُستخدم في حالات التهاب المسالك البولية. طريقة الاستخدام: منقوع: حوالي 20 جرامًا من مسحوق الثمار المجففة يضاف لها 400 ملي متر من الماء المغلي، ويُتَرك المزيج لمدة نصف ساعة، ثم يصفى، يُشرب منها نصف كأس ماء كبير ثلاث مرات باليوم.



صورة توضح ثمار نبات العرعر.

نبات الجينسنغ *(Ginseng)*: من الفصيلة الأرالية، يتمتع هذا النبات بانتشار بفوائده المتعددة، كما يُعدّ من أكثر النباتات التي دُرست في الأبحاث الخاصة بالنباتات الطبية، له عدة أنواع تنتمي جميعها إلى جنس البانكس، وينتشر في البلدان الآسيوية والقارة الأمريكية، أنواعه الشائعة: الجينسنغ الصيني (Panaxnotoginseng)، الجينسنغ الأمريكي، والياباني.





صورة توضح نبات الجينسنغ: جذوره وثماره وأوراقه.

الجزء المستخدم، والمكونات الفعّالة: تُستعمل منه الجذور والأوراق والثمار، ومن أهم مكوناته: التيربينات، والصابونينيات، وهناك مكونات يتفرد بها الجينسنغ وتُدعى جينسينوسيد (Ginsenosides).

الفوائد الطبية: يفيد في خفض مستوى ضغط الدم (توسيع الأوعية الدموية) وفي تدبير تشكُّل العصيدة الشريانية عبر معاكسته للعمليات الالتهابية المنتجة لها، عبر الفعالية المضادة للأكسدة والتأثير المضاد للتخثر.

الأشكال والمستخلصات المستخدمة: تُحضَّر منه المستخلصات الزيتية، ومن أوراقه الشاي، كما تُستخدم منه الأشكال الصلبة من مثل: الأقراص المضغوطة والكبسولات ومسحوق الجذور المجففة. ومن الشائع استخدام مغلي أوراقه، وثماره وجذوره سواءٌ أكانت المجففة، أو الطازجة.

نبات الجنكوبيلوبا *(Ginkgo biloba)*: من الفصيلة الجنكية. ويُعدّ موطنه الأصلي الصين، ومنها انتشر إلى جميع القارات تقريبًا.

الجزء المستخدم ومكوناته الفعّالة: الأوراق ومن مكوناته الفعّالة الفلافونويدات، والتيربينات، وعديد من الأحماض العضوية. ومن أشهر مكوناته: المادة النشطة بيولوجيًا الجنكجوليس (Ginkgolides) الذي يتميز هذا النبات بالاحتواء عليه.

تُستخدم منه الأوراق بعد تجفيفها، ويمكن استخلاصها بالماء للحصول على مُستخلَص، وتتوافر منه خلاصات معيارية تحوي مقادير ثابتة من الفلافونويدات، والتربنيينات، وتُستخدم في الصناعات الدوائية.

استخدامه في الأمراض القلبية الوعائية: للفلافونويدات والتيربينات تأثيرات مضادة للأكسدة والالتهاب، وبشكل خاص مضادة للتصلب، وبذلك يكون له تأثير مهم في علاج الأمراض القلبية. كما أن خواصه الموسِّعة للأوعية، والخافضة للضغط الشرياني تعزز من فائدته القلبية.

نبات الزعرور *(Crataegus laevigata)*: ينتمي إلى الفصيلة الوردية، وهو شجيرة متوسطة الحجم، يزهر هذا النبات عمومًا في الربيع، وتنضج ثماره بدءًا من شهر سبتمبر. ومن الدارج رؤية شجيراته على أطراف الحقول وحول الأنهار، كما أنه يُستخدم أحيانًا باعتباره سياجًا، وتكون أزهاره ذات بتلات بيضاء جميلة وذات رائحة جميلة، أما ثماره فهي ذات لون أحمر وردي مميز وطعمها لذيذ. وينتشر هذا النبات في الشرق الأوسط، ومعروف لأغلب السكان المحليين خصوصًا أن ثماره تُستهلَك غذائيًا على نطاق معقول.



صورة توضح ثمار نبات الزعرور.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: الثمار، وتحوي الفلافونويدات، وله خواص مفيدة معظمها مُثبَت علميًا ويعود ذلك إلى غناها بعديد من المكونات، ويأتي من حيث الأهمية فيما يتعلق منها بالجهاز القلبي الوعائي. وفي ذلك يُبدي الزعرور فوائد عديدة ومؤثرة؛ فهو مفيد مثلًا في علاج فشل القلب المزمن، كما أنه مخفِّض لضغط الدم.

الثوم *(Allium sativum)*: من الفصيلة البصلية، وهو نبات منتشر ومعروف، وعبارة عن عشب معمر ذي بصلات، ساقه منتصبة تنتهي بأوراق أنبوبية خضراء وله

بصلات منتفخة ومتميزة بنكهتها القوية، ويُستخدم باعتباره منكهًا ومضافًا غذائيًا أساسيًا للمطبوخات الغذائية حول العالم. ينتشر في بلدان آسيا وحوض البحر المتوسط.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: البصلات الطازجة، وتحوي عديدًا من المكونات الكبريتية العضوية.

وهو نبات مثير للاهتمام بخواصه في علاج الأمراض القلبية الوعائية، مثل: الأمراض التاجية القلبية، وفرط ضغط الدم، وتصلب الشرايين. يمكن استخدام بصلاته الطازجة بشكل مباشر بعد السحق (4-5 فصوص) وتحضير منقوع مائي منها، كما يمكن إضافتها إلى بعض المشروبات البسيطة مثل: اللبن الرائب، ومن الممكن استخدام المسحوق بعد التجفيف ووضعه في كبسولات.

نبات الجزر (الجزر البري) *(Daucus carota)*: من الفصيلة الخيمية، وهو نبات جذري ثنائي الحول. (يكمل دورة حياته في موسمين زراعيين متتاليين).

الجزء المستخدَم والمكونات الفعّالة: الجذور الدرنية والبذور. وتحوي مضادات الأكسدة والكاروتينويدات والفلافونويدات. وقد استخدم الجزر في الطب الشعبي بوصفه عاملًا مساعدًا لخفض ضغط الدم؛ حيث إنه يحسِّن الوظيفة البطانية للأوعية، وينظم محتوى السوائل، ويحافظ على بِنية الأوعية الدموية، وهو غني بمضادات الأكسدة، وقد أثبتت الأبحاث قدرته على تنظيم مستويات الضغط الدموي. يمكن استخدام عصير الجزر شربًا عدة مرات باليوم، كما يتوافر مستحضر من مستخلص البذور، غني بالفلافونويدات، يفيد باعتباره موسعًا للشرايين التاجية والوقاية من نوبات الذبحة الصدرية.

نبات الضريسة- "ضرس العجوز" *(Tribulus terrestris)*: من الفصيلة الرطراطية. نبات عشبي حولي ينتشر في المناطق الجافة ونصف الجافة من بلاد الشام وشرق آسيا.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: الأوراق العشبية والجذور. وتحوي مواد عديدة منها: مركبات صابونية ستيرويدية مثل جيتوجينين، جليكوزيدات مثل جراسيلين، وقلوانيات مثل نورهارمان، وفلافونويدات مثل: الكيرسيتين. تُستعمل منه مغلي الأوراق والجذور. يتمتع بخواص موسعة للأوعية ومدرة للبول، ويحقق بذلك انخفاضًا لضغط الدم.

الحبة السوداء (حبة البركة) *(Nigella sativa):* من الفصيلة الحوذانية، وهو عشب حولي منتصب، تحوي ثماره عددًا من البذور السوداء، ولقد عُرفَت بذور نبات الحبة السوداء منذ القدم في الشرق القديم.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: البذور والزيت المستخرج منها، وتحوي عددًا من الأحماض الدهنية غير المشبَّعة، ومادة الثيموكينون (المركَّب الرئيسي الفعَّال)، والنيجيلون، وليمونين، وبعض الأحماض الأمينية والفيتامينات.

وقد أثبت الزيت العطري المستخلص منها قدرة واضحة على خفض ضغط الدم وبعدة آليات، وبشكل خاص توسيع الأوعية الدموية. كما أنه يمكن استخدام منقوع مسحوق البذور، وكذلك الزيت العطري.

حَبْ الهال "أو الهيل كما هو شائع" *(Elettaria cardamom):* ينتمي للفصيلة الزنجبيلية، وهو نبات عشبي موطنه الأساسي الهند.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: الثمار والبذور، ويحتوي على زيت ثابت وطيار. ولقد أظهر مسحوق البذور قدرة على تخفيض ضغط الدم.

البصل *(Allium cepa):* ينتمي إلى الفصيلة الزنبقية، وهو عشب مزدوج الحول، بصلاته مغلَّفة بقشور بيضاء بنفسجية، وأوراقه أنبوبية، وهو من النباتات الغذائية والعلاجية ذات السجِل الحافل في الموروث الحضاري.

الجزء المستخدم والمكونات الفعالة: البصلات والأوراق، ويحتوي على زيت طيار يضم عددًا من المركَّبات الكبريتية، كما يضم فلافونويدات وبعض الفيتامينات والأملاح.

يتمتع بتأثير خافض لدهون الدم، ومضاد لتصلب الشرايين، وفرط ضغط الدم. يمكن استعمال عصير البصل، أو الصبغة الكحولية، أو المائية منه.

الجوز *(Juglans regia):* من الفصيلة الجوزية وهو شجرة مشهورة ومعروفة، طولها يزيد عن 10 أمتار، وأوراقها كبيرة وخضراء فاتحة. تكون ثمارها كروية خضراء ولها قشرة خارجية طرية تحيط بالجدار الخشبي الذي تنفصل عنه بعد النضج، وتنتشر في عديد من دول آسيا وشمال إفريقيا.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: الأوراق والبذور، وتحتوي على مواد عفصية، وفلافونويدات، وزيت طيار غني بالتربينات، وأحماض فينولية ومواد دسمة (زيت الجوز).

تتميز الأوراق والثمار بالقدرة على تخفيض دهون الدم، فتفيد بذلك مرضى تصلب الشرايين، وقد ثبت أن ثمار هذا النبات تحافظ على بطانة الأوعية الدموية وعلى مرونتها، وتُستخدم أوراقه على شكل منقوع، أما ثماره فيمكن استخدام لبها الداخلي مباشرة.

النباتات الطبية وعلاج الأمراض التنفسية الشائعة

تشمل الأمراض التنفسية مجالًا واسعًا من الاضطرابات الشائعة، ويبرز منها: الربو، والداء الرئوي المُسد المزمن، وعديد من العداوى الفيروسية. وتترافق تلك الاضطرابات بأعراض تشمل: السعال، وسيلان الأنف، والعطاس، وصعوبة التنفس، والتهاب القصبات الهوائية، والأنفلونزا، ونزلات البرد الشائعة "الزكام" وغيرها. وقد باتت الإصابات التنفسية سببًا رئيسيًا من أسباب الوفيات، وتزيد من تفاقمها عوامل التلوث المنتشرة وعادات التدخين، ولقد أُجريَتْ كثير من الدراسات حول فاعلية هذه النباتات في علاج الأمراض التنفسية.

نبات كف مريم *(Anastatica hierochuntica):* من الفصيلة الشفوية، نبات عشبي حولي، ينمو في شمال إفريقيا ومعظم بلاد الشام، وينتشر على سفوح الجبال والهضاب. يتميز بأوراقه ذات الشكل البسيط والمسنَّنة. ومن الملاحظ أنه يتحول إلى الحالة الخشبية في نهاية نموه، وقد عرفه العرب قديمًا واستخدموه في عدة مجالات، ومن فوائده المثبتة أنه يُستخدمَ لعلاج نزلات البرد وتهدئة الصداع.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: كامل النبات بعد تجفيفه والذي يحوي الثمار والأوراق. ومن مكوناته الفعَّالة: الفلافونويدات، والجلوكوزينولات، والمركَّبات الستيرولية. يُسحق النبات الجاف، ثم يُستخدم المغلي منه.

نبات الشبث *(Anethum graveolens)* "أو الشبت: من الفصيلة الخيمية، وهو نبات عشبي ينمو في المناطق الجافة، رائحته عطرية واضحة، والساق قائمة ورفيعة، وأزهاره صفراء اللون. والثمرة ذات شكل بيضاوي ولها لون بني داكن.



صورة توضح نبات الشبث

الجزء المستخدم: منقوع مسحوق الأوراق والأزهار، كما يمكن استخدام الزيت المستخلص منها، وتحتوي الثمار والأوراق على زيت طيار يُدعى زيت الشبث، ومن أهم مكوناته: مركّب الكارفون (Carvone)، والليمونين (Limonene)، وله عدة استخدامات طبية من بينها علاج اضطرابات الجهاز التنفسي، وضيق التنفس.

نبات شوكة الديب/ شوك الضب *(Blepharis ciliaris):* ينتمي هذا النبات إلى الفصيلة الأقنتية، وهو نبات شوكي عشبي متميز، ينمو في الصحاري العربية، تكسوه أوبار قصيرة، وتستدق نهايتها وتحمل في حافتها شويكات صغيرة. تتجمع الأزهار في سنابل لتعطيه شكله المنفرد والمعروف.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: الأوراق، والجذور، والثمار، ويحتوي النبات على الفلافونويدات والقلوانيات. يُستخدَم مغلي الأوراق والجذور لعلاج السعال الجاف.

نبات الداتورة *(Datura metel):* من الفصيلة الباذنجانية. وهو نبات عشبي، وأوراقه بيضاوية ذات تسننات، وله أزهار بيضاء، أما ثماره فهي بيضاوية لها أشواك ضئيلة، ويُزرع في شمال إفريقيا والهند.

الجزء المستخدَم والمكونات الفعّالة: الأوراق، والجذور، والبذور، وهو غني بالقلوانيات المهمة مثل: السكوبولامين، والهيوسيامين، ومركب الداتورين. يُستخدم مغلي أجزائه لعلاج الربو، والسعال، والالتهابات الأنفية التحسسية. ويمكن أيضًا استنشاق أبخرة دخان مسحوقة للتأثير الموضعي في جهاز التنفس والأنف، وقد توافرت منه مستحضرات صيدلانية فموية وتحاميل.

نبات البنج المصري *(Hyoscyamus muticus):* من الفصيلة الباذنجانية، وهو عشب معمِّر أوراقه مسننة لحمية البنية. وأزهاره بوقية الشكل وبيضاء مصفَّرة، رائحته كريهة، ينمو في دول شرق المتوسط وشمالي إفريقيا.

الجزء المُستخدم والمكونات الفعّالة: الأوراق والجذور والبذور حيث تحتوي أجزاؤه على قلوانيات أهمها: الهيوسيامين، والسكوبولامين، ويتميز بقدرته على إرخاء العضلات الملساء التي منها العضلة الرغامية (القصبة الهوائية) يُستخدم لعلاج التشنجات القصبية والربو، وله القدرة على إنقاص الإفرازات القصبية، ويُستخدم

في التهاب القصبات الإنتاني وفي نزلات البرد. أكثر الطرق شيوعًا لاستخدامه مغلي الأوراق والبذور والجذور المجففة (وهو نبات سام جدًا، ويجب عدم استخدامه بطريقة عشوائية).



صورة توضح نبات الخزامى

نبات الخزامى *(Lavandula stoechas):* ينتمي للفصيلة الشفوية وهو نبات كثير التفرّع، وأوراقه مستطيلة، تتجمع أزهاره على شكل سنابل مستطيلة وذات لون أرجواني مميز. ينتشر بكثرة في بلدان حوض البحر المتوسط.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: القمم المزهرة، وتحتوي أجزاؤه المزهرة على زيت طيار يكتنز مواد فعَّالة مثل: الكافور واللينالول. يُستخدم مسحوق هذا الجزء المستخدم على شكل مغلي لعلاج الربو، والتشنجات القصبية باعتباره مقشعًا (مزيلاً) للسعال.

نبات الآس/ الحبلاس *(Myrtus communis):* من الفصيلة الآسية، وهو نبات دائم الخضرة ومعروف في بيئاته المتعددة التي تشمل شمال إفريقيا، والجزيرة العربية، وبلاد الشام، أوراقه جلدية القوام، وعطرية الرائحة، وأزهاره مفردة، وثماره عنبية تتلون عند النضج.

الجزء المُستخدم والمكونات الفعّالة: الأوراق المجففة، والأفرع المزهرة، ويُستخرج منه الزيت الطيار. يحتوي على المركبات الفينولية، والفلافونويدات والتيربينوئيدات، ويُستخدم الزيت المستخرج منه في معالجة عديد من الأمراض، والاضطرابات التنفسية، أما مغلي الأوراق فيفيد في حالة الربو، وتهدئة السعال، والتهاب الحنجرة.

نبات النعناع الفلفلي *(Mentha piperita):* نبات عشبي مُعمِّر من الفصيلة الشفوية، ويُعد هجينًا بين عدة أنواع من النعناع، وأوراقه بسيطة ومتقابلة، وبيضاوية الشكل، وأزهاره بنفسجية اللون، ينتشر في معظم أنحاء العالم.

الجزء المُستخدَم والمكونات الفعّالة: الأوراق، والزيت العطري المستخرج منه. أهم مكوناته: المنتول، والمنتون، والبولجيون والمركبات الفلافونويدية، مثل: الأبيجينين، ويُستخدم زيته العطري في صناعة أقراص المص لعلاج التهاب الأغشية المخاطية في الفم والبلعوم، والتهاب القصبات الهوائية والجهاز التنفسي.

الزعتر الشائع *(Thymus vulgaris):* عشب كثير التفرّع ومعمِّر ينتمي للفصيلة الشفوية الأرجوانية، تحمل سوقه القائمة الأوراق العطرية الصغيرة، وتكون أزهاره أرجوانية أو وردية، ينمو بريًا في عديد من الأراضي المهجورة وأطراف الحقول وعلى سفوح الجبال ويتحمل تقلبات الطقس والحرارة.

الجزء المُستخدَم والمكونات الفعّالة: الأوراق، ويحتوي على عديد من المركبات الفعَّالة وأهمها الزيوت الطيارة مثل: التيمول، والكارفاكرول، ولينالول. والفلافونويدات كالأبيجينين، ومشتقات حمض الكافييك.

يملك خواصَّ مضادة للتشنج القصبي وحالة للقشع (مذيبة للبلغم)، كما أنه مفيد باعتباره مطهرًا للشعب الهوائية في حالة التهاب القصبات الهوائية، وموسعًا للقصبات في حالة الربو. يُستخدم مغلي الأوراق لما سبق ذكره من أمراض، وقد دخل في عديد من المستحضرات الصيدلانية، ويُستخدم في معالجة السعال.

اليانسون *(Pimpinella anisum):* ينتمي للفصيلة الخيمية وهو نبات عشبي حولي وعطري، يُزهر في الربيع. وتنتشر زراعته في عدد من الأقطار العربية مثل: مصر، وسوريا، والمغرب.

الجزء المُستخدم، والمكونات الفعّالة: الثمار الجافة، وكذلك الزيت العطري المستخرج منها. يحوي الزيت العطري عديدًا من المركبات الفعَّالة مثل: الأنيتول، وألدهيد اليانسون، ولينالول، وبعض الفلافونويدات، ويتميز بأنه مقشع (طارد للبلغم)، ويُستخدم الزيت الطيار منه في علاج مختلف الاضطرابات التنفسية مثل: سيلان الأنف، والسعال الجاف، والتهاب الطرق التنفسية العلوية، ويُستخدم منه مغلي الثمار المجففة والمطحونة.

اللــبــلاب (*Hedera helix*): مــن الفصيلـة الآرالية، وهـو نبـات متسلـق ذو خضرة دائمة، ينمو وينتشر في الغابات الساحلية، حيث ينمو عفويًا هناك، ويمكن زراعته كما هو شائع للزينة على واجهات البيوت، أزهاره خضراء مصفرة البتلات. وله ثمار متوسطة الحجم سوداء اللون.



صورة توضح أوراق اللبلاب.

الجـزء المستخدم، والمكونـات الفعّالة: الأوراق، وتحـوي صابونينات ثلاثية التربين، وزيـتًا طيــارًا، وستــيــرولات ومــركبـات فينـوليـة، وفـلافونويـدات.

تُستخدم الأوراق في شكل مغلي لعلاج السعال بمعظم أنواعه؛ كما أنه مقشع (طارد للبلغم)، وله خواص مضادة لالتهاب القصبات، والمجاري التنفسية، ودأبت بعض شركات الأدوية على تحضير شرابات صيدلانية مرخصة من خلاصته لعلاج السعال.

الخُبيزة (*Malva sylvestris*): من الفصيلة الخبازية: هو عشب حولي، ساقه قليلة التفرع، وأوراقه طويلة المعلاق ذات نصل عميق، أزهاره وردية اللون. ينتشر بشكل واسع في حوض البحر المتوسط. ينمو عفويًا في الحقول المروية ويُزرَع أحيانًا، ويُجمع للاستعمال الغذائي.

الجزء المستخدم، والمكونات الفعّالة: الأوراق، ويحوي هذا الجزء مواد لعابية (عديدات السكاريد)، وفلافونويدات، وأنتوسيانويدات. يتمتع النبات بما يحتويه من مواد لعابية بخواص واقية من تهيج الأغشية المخاطية، يفيد في حالات السعال الجاف، والتهاب القصبات الهوائية، وإنتانات الجهاز التنفسي، خاصة العلوي، والربو، وغيره من الاضطرابات التنفسية.

البصل (*Allium cepa*): من الفصيلة الزنبقية، يتمتع البصل بخواص مضادة للسعال والربو، وقدرته على معالجة الإنتانات (العداوى) التنفسية العلوية عن طريق استخدام عصيره أو منقوعه المائي.

البيلسان *(Sambucus nigra):* من الفصيلة الخمانية شجرة قد يصل ارتفاعها لأكثر من سبعة أمتار. تكون أوراقها خضراء داكنة، مركَّبة ريشية. تكون الأزهار ذات رائحة عطرية ولون أبيض مائل للاصفرار. تنتشر في عديد من البلدان ومنها بلاد الشام، تنمو عفويًا، وقد يمكن استزراعها.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: الأزهار المجففة، حيث تحتوي على ستيرولات وفلافونويدات متنوعة. هناك فائدة كبيرة لخلاصة هذا النبات في معالجة الأمراض التنفسية، ويُستخدم خاصة في حالة زيادة الإفرازات القصبية، والتهاب القصبات، والربو، والسعال، ويُستخدم مغلي الأزهار لعلاجها.

الصنوبر الحلبي *(Pinus halepensis):* ينتمي للفصية الصنوبرية (Pinaceae)، وهو شجر (عالي ومرتفع) باسق دائم الخضرة، براعمه مغطاة بحراشف دائمة، وأغصانه طويلة، وتحمل أوراقًا إبرية الشكل. له مخاريط ذكرية، تحوي أكياس الطلع، ومخاريط أنثوية. ينتشر النبات في دول حوض البحر المتوسط.

الجزء المستخدم والمكونـات الفعّالة: يُستخدم مغلي البراعم بوصفه علاجًا للبلغم، وفي التهاب القصبات الهوائية، والسعال، كما يُستخدم الزيت موضعيًا بوصفه غرغرة لتطهير الحلق والبلعوم، وفي تخفيف احتقان الأنف والبحة.

الفصل الثالث

النباتات الطبية واستخداماتها في علاج أمراض الجهاز الهضمي الشائعة وداء السكري

تُعدّ الاضطرابات الهضمية من الأمراض الشائعة، حيث يعانيها كثير من الناس، وتبدأ تلك الاضطرابات في سن الطفولة وتمتد إلى أعمار متقدمة. وتشمل أهم المشكلات: القرحة الهضمية والإثنا عشرية، ومتلازمة تهيج القولون، والإمساك، والإسهال، وزيادة الغازات. وتؤثر الأمراض في نمط الحياة، حيث تزيد من التوتر والقلق للشخص المصاب، ويترافق معظمها بآلام بطنية أحيانًا، ونستعرض فيما يأتي بعض النباتات المستخدمة في حالات الاضطرابات الهضمية:

الختمية ***(Althaea officinalis):*** نبات من الفصيلة الخبازية، وهي عبارة عن عشب معمِّر وذي أوبار ناعمة، أزهاره بيضاء إلى وردية اللون، وينتشر في بلاد الشام وأوروبا وشمال إفريقيا.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: الجذور والأوراق والأزهار، حيث تحتوي على سكريات خماسية، وسداسية تُشكل أساسًا للمواد اللعابية، والفلافونويدات والتانينات.

تُستخدم الخلاصات المحضَّرة منه (المغلي والمنقوع)، ويُستخدم منقوع الأوراق والجذور كمادة مخففة لتهيج الجهاز الهضمي، وملطفة للقرحة الهضمية، وفي حالات الإسهال، كما يُستخدم لعلاج التهاب اللثة والأغشية المخاطية الفموية.

نبات الصبر ***(Aloe vera):*** ينتمي هذا النبات إلى الفصيلة البروقية، و موطنه الأصلي شبه الجزيرة العربية، ومنها انتشر إلى جميع أنحاء العالم. يتميز هذا النبات بأنه ينمو في المناخ الجاف ويستطيع تخزين الماء ضمن أوراقه، تُعدّ ساقه قصيرة وأوراقه سميكة ولحمية متميزة بشكلها المسنن والمحدب، تتلوَّن باللون الأخضر المائل للبني في مركزها، وله أزهار لونها أصفر تبرز متطاولة عن جذع النبات.

الجزء المستخدم والمكونات الفعَّالة: تستعمل أوراقه، حيث تُستخرج منها المادة الهلامية أواخر الصيف، وبداية الشتاء عبر شق في الأوراق؛ للسماح بخروج المخزون الهلامي منها، ثم يُجمع وُيغلى ويبرَّد حتى يتصلب إلى كتل صلبة مُرة المذاق. تحتوي العصارة على عديد من المركَّبات الإنتراكونينية، والمواد الراتينية، والفلافونات، والصابونينيات وأحماض أمينية.

تُستخدم مستحضراتها لزيادة عملية الهضم عن طريق تحسين الإفرازات الهضمية وتنشيط عمل الكبد، وباعتبارها مطهرًا معويًا، وهي من المستحضرات المهمة لعلاج الإمساك، وقد ثبت تخفيفها لأعراض القرحة الهضمية، والتهاب القولون التقرّحي.

المريمية ***(Salvia officinalis):*** تنتمي هذه النبتة للفصيلة الشفوية، وهي شجيرة قزمة، لها ساق مربع الشكل، وأوراقها مغطاة بأوبار كثيفة، ولون النبات رمادي مخضر وأزهاره بنفسجية.



صورة توضح أوراق المريمية.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: الأوراق، وتحتوي على فلافونويدات وقلويدات ومواد عفصية وراتنجات، يُستحَصَّل منها على الزيت الطيار.

يفيد مغلي ومنقوعِ أوراق المريمية لعديد من الاضطرابات الهضمية من مثل : التشنجات، والقرحة المعِدية، والإثنا عشرية، وهو طارد للغازات.

العيهون المعطار "نبات العطرة" (*Pelargonium odoratissimum*):

وينتمي للفصيلة الغرنوقية، وهو من النباتات الشائعة والمنتشرة في البيئة المحلية، يتصف بأنه معمر ودائم الخضرة، تميزه رائحة عطرية فوّاحة، وأوراقه كثيرة التفرّع، وأزهاره مزدوجة التناظر لونها وردي، تنتشر زراعته في عديد من البلدان للزينة ولبعض الاستخدامات الشعبية.



صورة توضح نبات العطرة خلال طور الإزهار.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: الأوراق التي يُستخرَج منها زيت عطري غني بمركبات فعَّالة أهمها: الجيرانيول.

تُستخدم أوراقه بوصفها منكهة لمشروبات مثل: الشاي، ولها تأثير مضاد في حالات التشنج، لقدرتها على إرخاء العضلات الملساء الحشوية، وقد أثبتت ذلك بعض الأبحاث، حيث يمكن استخدامها بوصفها منقوعًا أو مغليًا. يدخل الزيت العطري في الصناعات التجميلية والعطور.

البابونج (*Chamomilla officinalis*):

ينتمي للفصيلة النجمية عشب عطري حولي، ساقه بسيطة تتفرع من القاعدة، والأوراق صغيرة وطولانية. يُزهر في فصل الربيع، وينتشر في حوض البحر المتوسط وهو شائع الاستخدام في الطب الشعبي.



صورة توضح نبات البابونج خلال طور الإزهار

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: الأزهار، والقمم المزهرة، ويُستخرج منه الزيت الطيار ويحوي كثيرًا من المركَّبات الفريدة ومنها: الأنثاميدين، والأزولين، والتريكارين، وبعض الفلافونويدات مثل: الأبيجينين.

يُستخدم مغلي الأزهار (يُدعى أحيانًا شاي البابونج) باعتباره مهدئًا ومضادًا للتشنج الهضمي لدى الأطفال والبالغين وطاردًا للغازات، كما يتميز بوصفه مطهرًا للجهاز الهضمي وفي أمراض الكبد.

الكمون *(Cuminum cyminum)*: من الفصيلة الكرفسية، عبارة عن نبات عشبي حولي، تُقسم أوراقه إلى خيوط ضئيلة طولانية، أزهاره بيضاء، وثماره عطرية لها رائحة فوّاحة وطعم لاذع، ويُزرَع في مصر والسودان وبلاد الشام وغيرها.

الجزء المُستخدَم والمكونات الفعّالة: الثمار التي يُستخرَج منها الزيت الطيار ومكوناته: ألدهيد الكيومين، وباراسيمين، وأحماض عضوية وفلافونويدات.

تتميز الثمار بقدرتها على تنشيط الجهاز الهضمي، وتخفيف التشنج في السبيل الهضمي، ويساعد في طرد الغازات ويخفف من تطبُّل البطن، ويهدئ من قرحة المعدة، وتُستخدم البذور بعد طحنها على شكل مغلي أو منقوع.

الكركدية *(Hibiscus sabdariffa)*: ينتمي النبات للفصيلة الخبازية، وهي شجيرات معمَّرة، ساقها حمراء، أوراقها بسيطة وكبيرة، وأزهارها أيضًا كبيرة. ينتشر هذا النبات في المناطق الاستوائية والحارة، ويُزرَع في السودان ومصر.

الجزء المُستخدَم والمكونات الفعّالة: السبلات الحمراء. يحتوي هذا النبات على جليكوزيدات وفلافونويدات ويفيد منقوع الجزء المُستخدَم في تسهيل عملية الهضم، والإفرازات الهضمية، والصفراء، والنفخة، والغازات، وتتمتع بخواص واقية للكبد. يُستخدم على شكل مغلي.



صورة توضح نبات الكركدية.

الرمان *(Punica Granatum)*: من الأشجار المثمرة المتداولة والمنتمية للفصيلة الرمانية، منتشرة بكثرة في بلاد الشام وحوض البحر المتوسط، وتُعدّ ثماره كبيرة وأزهاره بيضاء متشحة باللون الأحمر، كما تحتوي الثمار على بذور مليئة بالعصير. يزهر النبات في فصل الربيع ويعطي ثماره أواخر فصل الصيف وأول الخريف.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: الثمار، قشورها وبذورها (حب الرمان)، وتحتوي حبوب الرمان على سكريات وأحماض عضوية ومركّبات فينولية وفيتامين C، كما تحتوي قشور الثمار على تانينات متنوعة.

يُستخدم منقوع مسحوق القشور بوصفه عاملًا مفيدًا لعلاج القرحة الهضمية والتهابات الأمعاء والقولون، ويُستخدم بوصفه طاردًا للديدان، ومطهرًا من طفيليات الجهاز الهضمي ويعالج الإسهال. يُعدّ عصير الرمان مقويًا للجسم، ويساعد في عملية الهضم، وما زالت الأبحاث حول دوره في الوقاية من الأورام خاصة الهضمية مبشرة.

الفِجْل *(Raphanus sativus):* من الفصيلة الصليبية، وهو نبات عشبي حولي درني. يزرع ويُستخدم غذائيًا على نطاق واسع، وينتشر في كثير من الدول.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: الجذور الدرنية وتحتوي على بعض السكريات والكاروتين وزيت طيار. يُستخدم بوصفه فاتحًا للشهية وزيادة المفرزات الهضمية، وفي الالتهابات الهضمية وما ينتج عنها من إسهال، أو إمساك أحيانًا، كما أنه ينشّط حركة الجهاز الهضمي. يمكن استخدام جذوره الدرنية طازجة، أو عصيره أو الصبغة المحضَّرة منه.

عِرْق السوس *(Glycyrrhiza glabra):* ينتمي للفصيلة الفولية، وهو عشب منتصب مُعَمِّر، وتكون أوراقه على شكل ريشي مركَّب، وثماره قرنية، ينتشر ويُزرع في كثير من دول العالم عبر القارات، في أمريكا، وآسيا، وشمال إفريقيا، ومعروف شعبيًا عبر شرابه الشهير في الأقطار العربية (عرق السوس) الذي يُشرَب صيفًا.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: الجذامير (الريزومات) والجذور، وتحوي كثيرًا من المركبات الفعَّالة؛ أهمها: الصابونينيات ثلاثية التربين، والفلافونويدات، والكومارينات، والستيرويدات وغيرها، تُستخدَم مستحضراته، ومن أهمها: مغلي ومنقوع الجذامير (الريزومات) في علاج القرحة الهضمية والدوالي، ونزوف اللثة، والتشنجات الهضمية.

نبات التين *(Ficus carica):* من الفصيلة التوتية، وهو عبارة عن شجرة واسعة الانتشار وصغيرة نسبيًا، أوراقها كبيرة وثخينة ومقسَّمة إلى فصوص، وذات نصل كفي المظهر، وما يميز أقسام شجرة التين هو العصير الأبيض اللبني. ثمارها خضراء ولحمية القوام، تنتشر في جنوب غرب آسيا والشرق الأوسط، ولثمارها قيمة غذائية كبيرة وتداولها واسع، تُستخدم طازجة أو مجففة.

الجزء المستخدَم والمكونات الفعّالة: الثمار الطازجة أو المجففة، والعصارة اللبنية المتدفقة ضمن أوعية النبات. تحتوي الثمار على سكريات بسيطة وأحماض عضوية مثل: حمض الليمون، ومواد لُعابية، وفلافونويدات ومعادن. أما العصارة اللبنية فتحتوي على بعض الإنزيمات والمواد اللُعابية. تملك الثمار خواص هاضمة ومليِّنة، وبذلك تفيد في عسر الهضم خاصة في حالات كسل الأمعاء، ويمكن استخدام الثمار طازجة أو مجففة، إضافة إلى مغلي الثمار الجافة.

نبات الزعفران *(Crocus sativus)*: من الفصيلة السوسنية، وهو نبات عشبي صغير الحجم، أوراقه حريرية الملمس طويلة ورفيعة، وأزهاره ذات لون بنفسجي، انتشر من الموطن الأساسي في جنوب شرق آسيا إلى كثير من دول العالم.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: المياسم ذات الرائحة العطرية التي تحتوي على جليكوزيدات خاصة، والكروسين والبيروكسين اللذَين يعطيان هذا النبات صفاته المميزة في الطعم والرائحة. كما تشمل مكوناته الفلافونويدات والكاروتينات. ويُستخرَج من النبات الزيت الطيار الذي يحوي ألدهيدات. يُستخدم لتهدئة المغص والتشنجات الهضمية وعُسر الهضم، كما ينبه المفرزات الهضمية وطارد للديدان، ينشط الدورة الدموية للكبد والطحال، ويُستخدم لأجل ذلك مغلي المياسم.

القرنفل *(Dianthus superbus)*: ينتمي للفصيلة القرنفلية، وهو عشب معروف ومعمر، أوراقه ضيِّقة وأزهاره مفردة صغيرة وتتلون بألوان متعددة وذات رائحة قوية. يُعدّ موطنه الأصلي دول جنوب آسيا ومنه انتشر إلى باقي دول العالم.

الجزء المُستخدَم والمكونات الفعّالة: الأزهار والأوراق، وهذه الأجزاء غنية جدًا بأنواع متعددة من المركبات الفعّالة التي تنتمي للفلافونويدات والصابونينات والأحماض الفينولية. استخدم هذا النبات منذ القدم وما يزال في تهدئة تشنجات القناة الهضمية وطرد الغازات، والنزوف الداخلية والنزف الرحمي ونزف البروستاتة، كما يُستخدم مغلي الأوراق والأزهار أو منقوعها.

نبات الطيون/ العرار *(Inula arabica)*: ينتمي للفصيلة النجمية وهو عبارة عن عشب حولي وساقه قائمة، وأوراقه بسيطة ومتطاولة وسهمية، وأزهاره صفراء متميزة، ينتشر في شبه الجزيرة العربية وبلاد الشام، وشعوب هذه المنطقة على معرفة قديمة به، وقد ورد ذكره في الأدب العربي القديم.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: الأوراق والأزهار، ويُستخرج منها زيت عطري غني بالفلافونويدات وبعض التربينات. ويُستخدَم منقوع النبات باعتباره مهضمًا وطاردًا للغازات.



صورة توضح نبات الطيون (العرار).

نبات التين الشوكي (*Opuntia ficus*): من الفصيلة الصبارية، وهو نبات عبارة عن شجيرة صغيرة، لها أوراق متشحمة وهي أساسًا عبارة عن ساق متحور، طول كل منها يزيد أحيانًا عن 10 سنتي متر، وتنمو على أطرافها، الأزهار على شكل مجموعات. ثمارها ذات قشرة شوكية وطعم حلو المذاق. يُعتقد أن موطنه الأصلي القارة الأمريكية، ومنها انتشر إلى مختلف الأصقاع بما فيها البلاد العربية.

القسم المُستخدم والمكونات الفعّالة: الثمار والأوراق، حيث تحتوي سكريات، وبروتينات وأحماض عضوية متنوعة. تتمتع الثمار بخواص مهضمة في حالات عسر الهضم، وملينة لحركة القناة الهضمية في حالات الإمساك. وتُستخدَم الثمار طازجة لهذه الغاية.

نبات السنا مكي (*Senna alexandrina*) : من الفصيلة البقوليّة، وهو نبات عشبي يصل طوله إلى حوالي متر، أوراقه مركبة رمحية الشكل. أزهاره صغيرة صفراء. ينتشر في الجزيرة العربية، وشمال إفريقيا، وجنوب غرب آسيا .

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: الأوراق المجففة، ويحتوي النبات على أنثراكينونات (دواء مسهل) متنوعة، ومواد هلامية وفلافونويدات. تستخدم أوراقه بوصفها مسهلًا وملينًا على شكل مغلي أو منقوع أو مطبوخ، ويدخل ضمن بعض التركيبات الصيدلانية الخاصة بمعالجة الإمساك.

النباتات الطبية وداء السكري

داء السكري *(Diabetes Mellitus):* عُرِف داء السكري منذ العصور القديمة، وهو داء استقلابي يتعلق إما بخلل في إفراز الأنسولين من جزر لانجرهانس في البنكرياس، أو مقاومة محيطية لتأثيراته الخافضة لسكر الدم، وما ينتج عن ذلك من ارتفاع مزمن في سكر الدم، ومن أعراضه: البوال المتكرر، والعطش، ونقص في الوزن أحيانًا. يُعد داء السكري خطيرًا لأنه يؤدي إلى مضاعفات شديدة على المدى البعيد ومنها: اعتلال الأوعية الدموية، وما يصاحبها من أمراض قلبية وعائية، واعتلال عصبي، واعتلال شبكية العين، وتضرر الكليونات "وحدة كُلويِّة" والقصور الكلوي المرافق. يهدف التدبير الشامل للداء إلى الكشف المبكر عنه وضبط مستويات سكر الدم ضمن الحدود الطبيعية ما أمكن لمنع الاختلاطات الخطيرة.

يقسَّم داء السكري إلى نمطين رئيسيين: النمط الأول: وهو النمط المعتمد على الأنسولين، ويتميز بغياب تام للأنسولين في الدم، ويعزى ذلك إلى تخرُّب كامل لخلايا بيتا (β) المفرزة للأنسولين في جزر لانجرهانس، ويكون علاجه الرئيسي تقديم الأنسولين الخارجي عن طريق الحقن. النمط الثاني: وهو النمط غير المعتمد على الأنسولين، وفيه إفراز ناقص أو طبيعي وأحيانًا فوق الطبيعي من الأنسولين، إلا أن الأنسولين المفرَز لا يستطيع القيام بعمله الخافض للسكر؛ نتيجة مقاومة الأنسجة المحيطية لفعله، وعدم الاستجابة الكافية لمستقبلاته، ويُعالج هذا النمط بالعقاقير الفموية الخافضة لسكر الدم التي تعمل على تخفيض سكر الدم بعدة آليات مركزية (في البنكرياس) ومحيطية (على الأنسجة ذات العلاقة باستقلاب الجلوكوز).

تلعب النباتات الطبية دورًا مهمًا في معالجة داء السكري، وتم هذا منذ القدم. وقد أثبتت الأبحاث المخبرية والسريرية قدرتها على تخفيض سكر الدم مع آثار جانبية منخفضة نسبيًا. وتشكل النباتات مصدرًا غنيًا بالمركَّبات المضادة لارتفاع سكر الدم

مثل: الفلافونويدات، والقلوانيات، والفينولات والتانينات التي تحسِّن كفاءة أنسجة البنكرياس عبر زيادة إفراز الأنسولين، وعبر تخفيض امتصاص الجلوكوز من الأمعاء، وإنقاص تصنيع الجلوكوز بالكبد والتداخل مع استقلاب الكربوهيدرات (السكريات) بالجسم.

نبات الزيتون *(Olea europaea):* من الفصيلة الزيتونية، وهي شجرة معروفة منتشرة في منطقة حوض البحر المتوسط، دائمة الخضرة، ثمارها معروفة ومُستخدَمة على نطاق واسع باعتبارها غذاءً، أما أوراقها فتُستخدم في عديد من الحالات، خاصة داء السكري، وأُجريت دراسات كثيرة بهذا الخصوص أثبتت ذلك.

القسم المستخدم والمكونات الفعّالة: الأوراق والزيت الدسم المُستخرَج من الثمار، تحتوي الأوراق على الجليكوزيدات، والفلافونويدات، والتربنتين، والمواد العفصية وبعض الأحماض العضوية، كما يُستخدم مغلي الأوراق المسحوقة، ويُعطى بعد الترشيح.

نبات الكزبرة *(Coriandrum sativum):* ينتمي هذا النبات إلى الفصيلة الكرفسية، وهو نبات عُشبي حولي ينتشر في شرق المتوسط، ومنتشر الاستخدام باعتباره مادة مضافة إلى وجبات الطعام التقليدية.

الجزء المُستخدَم والمكونات الفعَّالة: الثمار والأوراق، تحتوي الفلافونويدات التي تملك تأثيرًا مضادًا في الأكسدة. يحضر المغلي من مسحوق الثمار أو الأوراق مع الماء، ومن ثَمَّ يُشرَب بعد التصفية والترشيح. وأثبتت الدراسات أن الخلاصات المحضَّرة من الأوراق، خاصة الخلاصة الإيثانولية لها القدرة في تخفيض سكر الدم والشحوم وحماية الكبد، والزيت الطيار المُستخرَج منه له القدرة على تحريض إفراز الأنسولين.

نبات الزنجبيل *(Zingiber officinale Roscoe) (Ginger):* ينتمي للفصيلة الزنجبيلية، وهو نبات عشبي يُزرع في الهند وبعض الدول الآسيوية. تستخدم منه فقط الجذامير (الريزومات)، وله خصائص طبية متنوعة.

الجزء المُستخدَم والمكونات الفعّالة: الجذامير (الريزومات)، حيث تحتوي على زيت طيار له رائحة مميزة. أما طعمه اللاذع فيعود إلى المادة الزيتية الراتينية. يحتوي الزيت الطيار على مادة الكامفين، والزنجيرون والجنجيرول ذوات الطعم اللاذع، وقد أثبت استخدامه الغذائي قدرته على تخفيض سكر الدم والشحوم. عندما

يُستخدم مسحوقه الجاف (3 جرامات/ يوم) لفترة لا تقل عن ثلاثة أشهر، فإن تخفيضًا ملحوظًا في سكر الدم سيحدث بواسطة تحسين إفراز الأنسولين واستهلاك الجلوكوز محيطيًا، ويمكن استخدام مسحوق الجذامير مباشرة، أو المغلي منه بإضافة الماء المغلي وتركه فترة قصيرة ثم شربه.



صورة توضح جذامير نبات الزنجبيل

نبات القرفة *(Cinnamomum verum):* ينتمي للفصيلة الغارية، وهو نبات واسع الاستهلاك حول العالم.

القسم المستخدم والمكونات الفعّالة: لحاء نوع من الأشجار، حيث تحتوي القشور على الزيت الطيار وعديد من المكونات مثل: حمض السيناميك، وإليه تعزز عديد من الفوائد الطبية. وقد عزلت منه عديد من الفينولات المهمة طبيًا مثل: كايمبفيرول (Kaempferol) وكيرسيتين (Quercetin). وقد تناولته عديد من الدراسات في مجال تخفيض سكر الدم، حيث أثبت قدرة واضحة في ذلك عن طريق تحسين استهلاك الجلوكوز (في خلايا الجسم)، كما أنه يمكن استخدام مغلي القشور منه وتناوله مباشرة.

الحبة السوداء *(Nigella sativa):* أظهرت الخلاصات المحضرة من بذور الحبة السوداء قدرة واضحة على تخفيض سكر الدم، خاصة الزيت المستخرج منها. تنجم قدرتها الخافضة تلك بواسطة عدة آليات من أهمها قدرتها على تحسين إفراز الأنسولين. يمكن استخدام زيت الحبة مباشرة وتناوله فمويًا عدة مرات باليوم.

العنبية الآسية *(Vaccinium myrtillus):* وهو نبات شجيري مُعمِّر ينتمي للفصيلة الخلنجية، وينتشر حول العالم، ثماره عنبية الشكل ذات لون أزرق غامق أو أُرجواني.

الجزء المُستخدَم والمكونات الفعّالة: الأوراق والثمار، تُعدّ ثماره مصدرًا غنيًا للمركبات الفينولية، والفلافونويدات والشبة كاروتينية، مع كميات معتدلة من الفيتامينات. تُستخدم ثماره بشكلها الطازج، كما يمكن تجفيفها للاستهلاك اللاحق. استُخدِم هذا النبات منذ القدم في الطب الشعبي، وقد برهنت الأبحاث فائدته في معالجة داء السكري. يُستخدم مغلي الأوراق مع الماء والنقع ثم الشرب.



صورة توضح نبات العنبية الآسية.

نبات الجوز *(Juglans regia)*: تتميز أوراق الجوز بقدرتها العالية على تخفيض سكر الدم وتحسين عمل الأنسولين، ويُستخدم مسحوق الأوراق في شكل مغلي أو منقوع.

نبات الفاصوليا *(Phaseolus vulgaris)*: ينتمي لفصيلة البقوليات (أو القرنية)، وهو عشب حولي واسع الانتشار، ثماره قرنية وبذوره على شكل كلوي، ينتشر ويُزَرع في معظم أنحاء العالم، وله استخدامات غذائية واسعة ويُعد طبقًا مفضلًا في الوجبات.

الجزء المستخدم والمكونات الفعَّالة: القرون الخضراء، يحتوي النبات على الأحماض الأمينية، وبعض المعادن المهمة والصابونينات. ويُستخدم مغلي القرون الخضراء لخفض سكر الدم.

الفصل الرابع

النباتات الطبية المسكِّنة للآلام والمهدِّئة للأعصاب والمضادة للالتهاب

إن التدبير للألم (Pain management) هو أحد التحديات في المعالجة الطبية، ويمكن تعريف الألم بأنه شعور مزعج وغير مريح، وهو تنبيه بوجود خلل، أو مرض معين في الجسم، ويمكن أن يكون حادًا أو مزمنًا. وهو نتيجة عمليات عصبية كيميائية معقدة في الجهاز العصبي المركزي والمحيطي، وتشمل: الحالات، والأسباب التي يكون فيها الألم هو الشكوى الرئيسية : الألم الناتج من الجهاز العضلي والهيكلي (Musculoskeletal)، مثل: آلام العضلات، وآلام المفاصل والأربطة، والآلام الفقرية وأسفل الظهر. كما أن هناك أنماطًا أخرى من الألم مثل: آلام الدورة الشهرية والآلام الناتجة عن الأورام. وعلى الرغم من أن الألم هو استجابة فيزيولوجية وحيوية لأذية نسيجية كامنة، أو فعلية حادة (كما يحدث في التهاب المفاصل مثلاً)، فإنه يمكن أن يتحول إلى ألم مزمن ويسبب تغيرات بيولوجية في الجهاز العصبي المركزي أو الأنسجة المحيطية. ويصبح الألم حينها مشكلة صحية تستنزف المريض والنظم الصحية من الناحية العلاجية والمادية، ولتدبير الألم يتم اللجوء إلى مسكنات الألم الدوائية التقليدية مثل: المسكنات المركزية وهي الأفيونيات (Opioids) ومن أمثلتها المورفين، والكودين وغيره، أو مسكنات الألم المحيطية، وأهمها مضادات الالتهاب غير الستيرويدية (Nonsteroidal anti-inflammatory drug ;NSAIDs) وهي شائعة الاستخدام جدًا ومنها: الأسبرين، والديكلوفيناك (الاسم الشائع تجاريًا: الفولتارين). وهذه الأدوية على الرغم من فعاليتها فإنها لا تخلو من الآثار الجانبية الخطيرة أحيانًا والتداخلات السلبية المتنوعة مع الأدوية الأخرى والأغذية، لا سيما أنها قد تُستخدَم

لفترة طويلة. وبناءً على ما تقدم يمكن اللجوء إلى الاستخدام الأقل ضررًا، على المدى البعيد، للنباتات الطبية، فهي أقل كُلفة وأكثر قبولًا، وهامش الأمان فيها أعلى من الأدوية التقليدية.

نبات حشيشة القلب/ عشبة القديس جون *(Hypericum perforatum):*

ينتمي هذا النبات للفصيلة العرنية، وهو عشب معمِّر، ساقه قائمة وأوراقه على شكل إهليلجي، وأزهاره مكوَّنة من بتلات صفراء تحمل أوبارًا إفرازية، ويزهر هذا النبات في بداية الصيف. كما أنه ينتشر في غرب آسيا وأوروبا، وله تاريخ طويل من الاستخدام الطبي في الحضارات القديمة وفي الأساطير.

الجزء المُستخدَم والمكونات الفعّالة: القمم المزهرة، وتحتوي أزهاره على زيت طيار وعدد من المركبات الفعَّالة مثل: الهيبريسين، والهيبرفورين، وإليهما تُعزى معظم التأثيرات المفيدة، كما توجد بالأزهار والأوراق فلافونويدات متنوعة.

يتميز هذا النبات بتأثيرات مهدِّئة ومضادة للقلق، ومسكِّنة للألم، ويعود ذلك إلى تأثيره في النواقل العصبية المركزية، ويُستخدَم من هذا النبات منقوع القمم المزهرة، أو الزيت المُستخرَج منه.



صورة توضح نبات حشيشة القلب .

أقحوان زهرة الذهب / حشيشة الحمى *(Tanacetum parthenium):*
نبات عُشبي معمِّر، من الفصيلة النجمية، أوراقه كثيفة إهليلجية ومقسمة إلى فصوص، وأزهاره بيضاوية مقلوبة، كما أنه ينمو في دول حوض البحر المتوسط.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: القمم المزهرة والأوراق، حيث يحتوي على زيت طيار غني بالمكونات الفعَّالة مثل: الكامفور، والكامفين، ولينالول، كما تحتوي خلاصاته على فلافونويدات، ولاكتونات تربينية.

يتمتع النبات بخواص مضادة للالتهاب، ومسكنة للألم والصداع، ويخفف آلام المفاصل والتهاباتها، كما يُستخدَم مغلي الأوراق لهذه الغاية، ويمكن استخدام زيته موضعيًا لتدبير الآلام الموضعية والتهاب المفاصل.

نبات إكليل الجبل *(Salvia rosmarinus):* ينتمي إلى الفصيلة الشفوية، وهو عبارة عن نبات عشبي مُعمّر دائم الخُضرة، أوراقه حادة وطويلة وغير مُسنَّنة وذات لون أخضر فاتح، وتكون أزهاره بنفسجية اللون وذات رائحة عطرية. كما أنه ينتشر في دول حوض البحر المتوسط وجنوب أوروبا، حيث ينمو عفويًا كما يجري استزراعه على نطاق واسع.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: الأوراق والقمم المزهرة، حيث يتميز باحتوائه على مركَّب فريد هو حمض إكليل الجبل (Rosmarinic acid). كما يحتوي على مركبات تربينية متنوعة وفلافونويدات. يُستخدم النبات في معالجة آلام الصداع والمفاصل، والآلام المصاحبة لنزلات البرد، وآلام الدورة الشهرية، ويُستخدم مغلي الأوراق، ويستخدم زيته العطري لتسكين الآلام الموضعية وآلام العضلات.



صورة توضح نبات إكليل الجبل .

نبات الزعفران *(Crocus sativus):* الجزء المستخدم: المياسم ذات الرائحة العطرية. يُستخدم بوصفه مضادًا للاكتئاب ومنشطًا للجهاز العصبي المركزي، ويفيد في تسكين آلام الدورة الشهرية والصداع الخفيف، ويطبَّق زيته العطري موضعيًا في حالة الالتهابات المفصلية، ولتخفيف آلام بزوغ الأسنان عند الأطفال.

نبات الخزامى *(Lavandula stoechas):* الجزء المستخدم: يُستخدَم منقوع القمم الزهرية لعلاج الصداع وآلام المفاصل وتهدئة الأعصاب، خاصة في الآلام المزمنة.

الصنوبر الحلبي *(Pinus halepensis):* وينتمي للفصيلة الصنوبرية، وهو شجر طويل الساق دائم الخضرة، براعمه مغطاة بحراشف دائمة، وأغصانه طويلة تحمل أوراقًا إبرية الشكل، وله مخاريط ذكرية، وتحوي أكياس الطلع، ومخاريط أنثوية ينتشر النبات في دول حوض البحر المتوسط.

الجزء المستخدَم والمكونات الفعّالة: الأوراق وقمم الأفرع (يُستخرَج منها زيت طيار)، والبراعم. يحوي الزيت الطيار مواد مهمة متنوعة أهمها: الليمونين والبَينين (pinene، limonene)، وفيتامين C. يُستخدم مغلي البراعم في تخفيف الآلام المفصلية، كما يدهن الزيت موضعيًا لتخفيف آلام العضلات والمفاصل، ويمكن استخدام الكمادات لنفس الغاية.

القيصوم العطري/ الأخيلية *(Achillea milleffolia):* وينتمي للفصيلة النجمية، وهو شجيرة صغيرة كثيرة التفرّع، ذات رائحة عطرية. أوراقها صغيرة ومسننة، وأزهارها صفراء وصغيرة. ينمو النبات في عديد من دول العالم وفي بلاد الشام ينتشر بكثرة عند أطراف الحقول، وفي البيئات الرطبة وشبه الجافة.

الجزء المُستخدَم والمكونات الفعّالة: الأزهار والأوراق، حيث تحتوي كثير من المركَّبات الفعَّالة، وهي مركَّبات الفلافونويدات وأهمها: أبيجينين (Apigenin) وكويرستيين (Quercetin)، والقلوانيات مثل: الآزولين (Achilleine). أما الزيت الطيار فيحوي مكونات فعَّالة مثل: الأخيلين، والكينول (Cinol). وللزيت العطري خصائص مضادة للجراثيم والفطريات، ويساعد منقوع قممه المُزهرة في تسكين آلام الصداع والتهدئة العصبية وطنين الأذنين، كما يخفف الدهن الموضعي للزيت من آلام المفاصل والتهاب الأعصاب.



صورة توضح نبات الأخيلية.

البيلسان *(Sambucus nigra):* الجزء المُستخدَم: الأزهار، حيث يُستخدَم المغلي منها في حالات التهاب المفاصل وآلام النقرس والعضلات، واعتلال الأعصاب. كما تُحضَّر منها كمادات خاصة لالتهاب الأعصاب والعضلات.

نبات الطيون (العرار) *(Inula arabica):* لمنقوع أوراقه وأزهاره قدرة مضادة للجراثيم والفطريات، كما يُخفِّف من التهاب المفاصل.

الصفصاف الأبيض *(Salix alba):* هو من الفصيلة الصفصافية، وهي شجرة معمَّرة معروفة، تنتشر زراعتها في دول حوض البحر المتوسط وأوروبا.

يُستخدم منقوع ومغلي اللحاء المقشور في معالجة الآلام الشائعة، من مثل: الصداع، والشقيقة، وآلام المفاصل، حيث يخفف الألم والالتهاب والحرارة.

الفيرونيكا *(Veronica officinalis):* من الفصيلة الغدبية، عشب معمر وله سوق زاحفة منتهية بالأزهار. أوراقه بسيطة وذات شكل بيضوي ومسننة. أزهاره ذات لون بنفسجي. تنتشر في الجبال وأطراف الغابات في أوروبا ودول الشرق الأوسط.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: القمم المزهرة. وتحوي فلافونويدات، وتربنتينات وصابونينات. يستعمل مغلي الجزء المستعمل منها في علاج التهاب المفاصل وآلامها.

الحور الأسود *(Populus nigra):* من الفصيلة الصفصافية. يتميز هذا النبات بأن أشجاره باسقة وذات لحاء متشقق، وأوراقه بسيطة لها شكل القلب ومُسنَّنة، وأزهاره بيضاوية وخضراء في المجمل. ينتشر ويُزرَع في دول غرب المتوسط من مثل: تركيا وسوريا وغيرها، حيث ينمو بسرعة وثبات على أطراف الأنهار والجداول المائية والحقول الرطبة.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: تكون عبارة عن قشور الساق والأوراق والبراعم، تحتوي على جليكوزيدات وأسترات لحمض الصفصاف، ويُستخلص منها زيت طيار، كما تشمل المكونات الفلافونويدات والمركَّبات الفينولية.

يُستخدَم مغلي الأوراق والقشور في حالات التهاب المفاصل، وتسكينه للألم وخفض الحرارة. وله صفات مضادة للجراثيم، ويمكن استخدام مرهم خلاصة البراعم موضعيًا لتدبير الالتهابات المفصلية.

نبات توت السياج *(Rubus sanctus):* من الفصيلة الوردية. وهو عبارة عن شجيرة دائمة الخضرة، أغصانها منحنية، وعليها أشواك، تكون الأوراق مركَّبة، والأزهار وردية والثمار لحمية ومقسَّمة إلى ثمرات صغيرة، وينتشر النبات على شكل واسع على أطراف الحقول والمرتفعات الساحلية، ويكون موطنه الأصلي في شمال آسيا.

القسم المُستخدَم والمكونات الفعّالة: الثمار والأوراق. تحتوي أوراقه وثماره على عديدات الفينول، مثل: الأنتوسيانين والإيلاجيتانين، كما أنه يحتوي على بعض الحموض العضوية. يُستخدَم مغلي الأوراق بوصفه مهدئًا ومضادًا لحالات القلق وحالات الأرق والصداع، كما يساعد في تخفيف نوبات الصرع.

نبات المليسة *(Mellissa officinalis):* من الفصيلة الشفوية. وهو عشب معمِّر متوسط الحجم، له رائحة عطرية ليمونية فواحة. ساقه منتصبة وأوراقه متقابلة وبيضاوية الشكل ومُسنَّنة، ينتشر ويزْرَع على نطاق واسع في دول الشرق الأوسط.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: الأوراق، حيث إنها تحتوي على زيت طيار غني جدًا ببعض المواد والتي منها التربينات، والفلافونويدات، والمركَّبات الفينولية، وقد عُرِف لهذا النبات خواصه المهدِّئة للجهاز العصبي المركزي والمزيلة لحالة القلق والمساعدة على النوم، ويُقدَّم مغلي الأوراق لما سبق، ويُدهَن زيته موضعيًا لتسكين آلام المفاصل والعضلات.

الوردة الدمشقية *(Rosa damascena)* من الفصيلة الوردية. وهي شجيرة يصل ارتفاعها إلى مترين، أوراقها ريشية، وأزهارها وردية اللون ذات رائحة عطرية، موطنها الأصلي سوريا وخاصة جبال القلمون، ومنها انتشرت زراعتها في شتى أنحاء العالم.

الجزء المستخدَم والمكونات الفعَّالة: البتلات كاملة النضج التي تحتوي إجمالًا على الانتوسيانين، والتربينتين، والفلافونويدات، والجليكوزيدات؛ كما يُستخلَص منها زيت طيار يُعرَف باسم زيت الورد.

أثبتت خلاصة الوردة وزيتها العطري قدرة علاجية في الأمراض العصبية، فهي مهدِّئة ومضادة للقلق، تفيد في تسكين آلام الصداع، وتهدئ من حالات تشنجات وآلام الدورة الشهرية، وتخفف من آلام المفاصل عند استخدامها موضعيًا، وتملك تأثيرًا مضادًا للجراثيم. كما يُستخدَم مغلي أو منقوع الأوراق، ويمكن دهن زيتها موضعيًا.

الفصل الخامس

النباتات الطبية واستخداماتها في علاج الحصى الكلوية والأمراض الجلدية

تقع الكليتان على الجدار الخلفي للبطن، وتزن الواحدة 150 جرامًا لدى البالغ، وتُقسَّم إلى كلٍّ من القشر الذي يحتوي على الكبيبات، واللّب الذي يتكون من الأنابيب الكلوية. وتتم تروية الكلية عن طريق الشريان الكلوي الذي يدخل إلى داخل الكلية ويتفرع بعدها إلى شرايين صغيرة تؤدي إلى الشعيرات الدموية الكبيبية التي عندها يتم ترشيح كميات كبيرة من السوائل (عدا بروتينات البلازما) لبدء عملية تشكُّل البول.

تُعدُّ الحصيات الكلوية شائعة الحدوث، حيث تصيب الذكور أكثر، ومن أنواعها: الحصيات الكلسية، والإنتانية، وحصيات حمض البول. وتعود أسباب تشكُّلها إلى وجود خلل استقلابي مثل: ارتفاع الكالسيوم، أو حمض البوليك بالدم، أو إلى أسباب أخرى مثل تشوهات الجهاز البولي، وأحيانًا تكون مجهولة السبب.

يمكن أن تؤثر النباتات الطبية في جوانب مختلفة من الفيزيولوجيا المرضية للحصيات الكلوية، وكشفت الدراسات الحديثة أن بعضها فعَّال في العلاج والوقاية من تشكُّل الحصيات، وبعدة آليات، ونستعرض فيما يأتي بعض النباتات المستخدمة في تدبير أمراض الكلى:

نبات عنب الدب *(Arctostaphylos uva-ursi):* من الفصيلة الخلنجية، حيث تنمو عشبة عنب الدب في التربة الغنية في أوروبا وآسيا وغيرها، يبلغ طولها حوالي 20 سنتي متر، وتتميز بأوراق صغيرة وحادة، وخضراء غامقة اللون، تكون الأزهار بيضاء وردية اللون وثمارها حمراء كروية الشكل.

الجزء المُستخدَم والمكونات الفعّالة: الأوراق، وتكون متاحة أيضًا تجاريًا على شكل أوراق مسحوقة. تشمل مكوناتها الفعَّالة المركَّبات الجليكوزيدية مثل: أربوتين وميثيلاربوتين، والفلافونويدات مثل: كيرستين، والتانينات، والهيدروكينون، وبعض الأحماض العضوية الفعَّالة.

تُستخدم مستحضرات عنب الدب بوصفها مدرة للبول، ومضادة للالتهاب، وخاصة التهاب الكلى والمجاري البولية والحصاة الكلوية. يُستخدَم المنقوع منها والمغلي لمسحوق الأوراق. كما يتوافر تجاريًا على شكل منتجات صيدلانية تستخدم لتدبير الحصيات الكلوية.

نبات فوة الصبغية *(Rubia tinctorum):* من الفصيلة الفوية. هو نبات دائم الخضرة يتراوح طوله ما بين (30 - 150) سنتي متر، ينتشر في مناطق دول حوض البحر المتوسط وجنوب أوروبا، أوراقه رُمحية تنمو على شكل حلزوني حول الساق، وتكون الثمار على شكل عنبة لها جذور سميكة حمراء اللون يمكن أن يزيد طولها عن المتر.

الجزء المُستخدَم والمكونات الفعّالة: الجذور خاصة بعد تجفيفها، حيث إنها تحتوي على جليكوزيدات إنثراكينونية، ومواد راتنجية وعفصية. أظهرت الجذور قدرة على الحد من تشكُّل الحصيات الكلوية، وهذا ما دعم الاستخدام الشعبي لها لتفتيت حصى الكلية والمسالك البولية، ويُستخدَم مغلي الجذور المجففة لهذا الغرض.

نبات القراص الكبير *(Urtica dioica):* من الفصيلة القراصية. هو عبارة عن نبات قد يصل طوله إلى 50 سنتي متر، ذو أوراق مُدببة وأزهار بيضاء إلى صفراء. ساقه مربعة الأضلاع وأوراقه مُسنَّنة كبيرة بشكل القلب، وعليه شعيرات ضئيلة تسبب الألم والحكة عند اللمس، أما الأزهار فهي صغيرة وخضراء اللون، على شكل عناقيد مُتدلية إلى أسفل. وينتشر في معظم بلدان العالم والمنطقة العربية.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: الجذور والأجزاء الهوائية، وهي تشمل المواد الفعَّالة بيولوجيًا من مثل: الفلافونويدات، والأنتوسيانين، والصابونينيات، ويُستخدَم على نطاق واسع لتدبير أمراض الكلية، خاصة الحصيات الكلوية التي يعمل على إذابتها، وأثبتت الأبحاث قدرته على ذلك.

نبات البطم العدسي *(Pistacia lentiscus)*: من الفصيلة القلبية (البطمية)، هو شجيرة دائمة الخُضرة منتشرة في مجموعة واسعة من المناطق، تميل للحرارة ويكون ارتفاعها من مترين إلى ستة أمتار. أوراقها مركَّبة، وأزهارها شبه سنبلية ومتراصة، تكون ثمارها حمراء كروية، وتنتشر في دول حوض البحر المتوسط، وتفضل المناطق الرطبة.

الجزء المُستخدَم والمكونات الفعّالة: الأوراق والثمار. تشمل مركبات النبات المهمة: الزيت الطيار، والفلافونويدات، والتانينات ومواد دهنية. استُخدَم في الطب الشعبي بوصفه مُدرًا للبول، ولمنع تشكُّل الحصيات الكلوية، وما زالت الأبحاث في هذا المجال مستمرة.



صورة توضح نبات البطم العدسي.

نبــات العاقـول المغـربي *(Alhagi maurorum)*: مـن الفصيلـة الفوليـة، هو نوع من البقوليات المعروفة، موطنه الأصلي في المنطقة الممتدة من البحر المتوسط إلى روسيا. وهو عشب معمِّر كثير التفرع، أوراقه صغيرة تامة الحافة وأزهاره حمراء أو وردية، وتكون الثمار قرنية الشكل.

الجـزء المستخـدم والمكونـات الفعَّالـة: كامـل النبـات، إذ إنــه يحـتـوي علــى فلافونويــدات، وجليكوزيدات أنثراكينونينة، وصابونينيات، ومواد راتينية وعفصية. له صفات مُدَّرة للبول، ويفيد في التخلص من حصى الكلية والمثانة، ويُستخدَم المنقوع منه أو المغلي.

الفجل (Raphanus sativus): يمتلك الفجل القدرة على إذابة حصيات المسالك البولية الكلسية، ويمتلك خواص مضادة لتبلور الحصيات. تُستخدم منه الجذور بشكلها الطازج، وكذلك المغلي منها.

نبات زهرة الألماسة (Paronychia argentea): من الفصيلة القرنفلية. تقوم زراعتها في مناطق حوض البحر المتوسط، وقد يختلف اسمها باختلاف المنطقة التي توجد فيها، فهي تسمى في منطقة الخليج برجل الحمام، وتوجد في أغلب البلدان العربية، وبخاصة على ضفاف الأنهار، وتُستخدَم جميع أجزائها في العلاج الطبي.

الجزء المُستخدَم والمكونات الفعّالة: كامل العشب، والنبات غني جدًا بالفلافونويدات وعديدات الفينول، وإليه تُعزى القدرة على تفتيت الحصيات في الكلية، خاصة حصيات أوكسالات الكالسيوم، كما يُستخدم في الطب الشعبي باعتباره مدرًا للبول وفي أمراض الحصيات المختلفة، وقد برهنت الدراسات فعاليته المحققة في مجال الحصيات بمعظم أنواعها، ويُستخدَم المنقوع منه لهذه الغاية.



صورة توضح نبات زهرة الألماسة.

نبات الخلة البلدية (Ammi visnaga) : من الفصيلة الخيمية. وتدعى أيضًا عُشبة المسواك. هو عشبة قصيرة حولية، تكون أوراقها بيضاوية الشكل وريشية، أزهارها بيضاء اللون، تجتمع في نورات خيمية، ويتميز النبات برائحته العطرية وينتشر في منطقة حوض البحر المتوسط وشمال إفريقيا وغيرها.

الجزء المُستخدَم والمكونات الفعّالة: الثمار التي تُجمَع أواخر الصيف وتحتوي على الكومارينات، والفلافونويدات، والزيوت الأساسية. يعود التأثير المعالج لحصيات الكلية لمحتواها من مركبي الفيزناجين (Visnagin)، والخلين (khellin) (من الكومارينات) واللذين يتميزان بتأثير قوي في تسهيل مرور حصيات الكلية وتخفيف المغص الكلوي.

الخلين هو عامل مُزيل لحالات التشنج، أما الفيزناجين فيُقلل من مقاومة الأوعية الدموية الطرفية (توسيع الأوعية الدموية)؛ مما يسهِّل مرور الحصيات عبر المسالك البولية. وقد ركزت عديد من الدراسات على النشاط المدر للبول لهذا النبات؛ مما يلعب دورًا مهمًا في علاج الحصيات، كما أنه يحمي الخلايا الظهارية الكلوية من التلف بتأثير أوكسالات الكالسيوم (بلورات صلبة من المعادن والمواد الأخرى التي تتشكل في الكلى). ويستخدم منها مغلي الثمار، كما قامت بعض الشركات الدوائية بتحضير أشكال صيدلانية منها (أقراص ومضغوطات) تحتوي على خلاصتها، أو المكونات الفعَّالة المعزولة، لا سيما الخلين، وذلك للاستخدام العلاجي.

نبات البقدونس *(Petroselinum sativum)* : من الفصيلة الخيمية. وهو عشب معروف جدًا، يُزرع على نطاق واسع، ثنائي الحول ينتشر في دول حوض البحر المتوسط ، ومنه انتشر إلى نطاق أوسع. تنمو السيقان الكثيرة من جذر واحد، وتكون الأوراق ثلاثية الفصوص وبيضاوية الشكل.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: الأوراق والأفرع الفَتية، يحتوي النبات على الفلافونويدات، والكومارينات، والأبيبول، وتربينات مختلفة، وزيوت عطرية وعلى كثير من الفيتامينات. أثبتت الدراسات أن له تأثيرًا مدرًا للبول؛ مما يساعد على التخلص من الإنتانات (العداوى) الجرثومية والحصيات؛ ولأجل ذلك يُستخدم منقوعه .

نبات توت السياج *(Rubus sanctus):* من الفصيلة الوردية، له خصائص مفيدة على مستوى الكلية والحصيات يمكن استخدام ثماره الطازجة ومغلي أوراقه.

نبات الذرة *(Zea mays):* من الفصيلة النجيلية، وهو نبات عشبي حولي واسع التداول، يُزرَع على نطاق واسع بهدف الاستفادة منه غذائيًا.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: شعر الذرة، وهي غنية بالفلافونويدات، والصابونينيات والقلوانيات، ولقد استُخدِم مغلي شعر الذرة على نطاق واسع في المعالجة البولية للحصيات بسبب تأثيره المدر للبول.

نخيل التمر *(Phoenix dactylifera):* من الفصيلة النخلية. وهي شجرة باسقة، ساقها عمودية ومن دون تفرعات، وأوراقها كبيرة ريشية الشكل ذات أطراف حادة، تكون الثمرة عنبة وحيدة البذرة (بلحة، أو تمرة). تنمو الشجرة في المناطق الجافة وشبه الجافة في مصر، والعراق، والخليج العربي. ولها تاريخ طويل من الاستخدام في المنطقة العربية.

الجزء المستخدم والمكونات الفعَّالة: الثمار، والبذور. وتحتوي على سكريات متنوعة، ومواد دسمة، وأملاح، وسِلولوز، ويفيد منقوع الثمار والبذور في الأمراض الكلوية والحصيات.

النباتات الطبية والأمراض الجلدية

يغلف الجلد كامل مساحة جسم الإنسان، ومن ثمَّ فهو يمثل أكبر الأعضاء حجمًا وأثقلها وزنًا. يتألف الجلد من ثلاث طبقات رئيسية: البشرة والأدمة، ويربط بينهما الوصل البشروي الأدمي، ثم تلي الأدمة طبقة من الدهون.

للجلد أمراضه مثل باقي الأعضاء، وهو مرآة لصحة البدن، ويتم تصنيف الأمراض الجلدية إلى مجموعات حسب صفات معيَّنة مشتركة بين هذه الأمراض، وفي معظم الحالات يعتمد التصنيف على الصفات النسيجية.

والجلد مثل غيره من أعضاء الجسم قد يكون ضحية استجابة مناعية ذاتية مزمنة نتيجة التعرُّض لمؤرج (مهيج للحساسية) معروف أو مُبهَم، ينتج عنها أمراض معندة قد يكون تدبيرها مقتصرًا على تخفيف الأعراض، أو الابتعاد عن العامل المؤرِّج في حال كان معروفًا، أو بتناول أدوية مثبِّطة لمناعة الجسم. ومن أشهر الأمراض الشائعة التي تصيب الجلد:

- التهاب الجلد التأتبي/ الإكزيما: وهو مرض شائع، أسبابه غير مفهومة جيدًا وقد يكون للعوامل البيئية والوراثية دور في ذلك. ويتصف المرض بحدوث تغيُّر في السطح مثل: وذمات وحويصلات خاصة في المرحلة الحادة، وقد تحدث السماكة في الحالة المزمنة، وغالبًا ما يكون نتيجة ملامسة الجلد لمواد محسسة، ومن أشهر أعراضه الحكة.
- الصدفية: داء يميزه طفح جلدي وبقع قشرية، تظهر في معظم الأحيان عند الركبتين، والمرفقين، وجذع الجسم، وفروة الرأس، وترافقها أحيانًا الحكة الشديدة.
- حب الشباب: وهو حالة جلدية تظهر عند انسداد جُريبات الشعر بالزيوت وخلايا الجلد الميتة، فتظهر الرؤوس البيضاء، أو السوداء، أو البثور، يشيع حب الشباب أكثر بين المراهقين، وإن كان يُصيب الأشخاص من جميع الأعمار.

يتم العلاج بتقديم المواد الدوائية ضمن أشكال صيدلانية خاصة، وأهمها المراهم والكريمات التي تحوي مزيجًا من سواغات مختلفة تحقق هدف حمل المادة الدوائية والمساعدة في اختراقها لطبقات الجلد لتحقيق الفائدة العلاجية، وكذلك الترطيب. ولكثير من خلاصات النباتات الطبية دور إيجابي كبير في الحد من الأمراض السابقة وتلطيف أعراضها والمساعدة في شفائها.

نبـات إكليـل الجبـل *(Rosmarinus officinalis):* مـن الفصيلـة الشفويـة. الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: يستُخدَم مغلي النبات، أو زيته الطيار موضعيًا على شكل كمادات في تطهير الحروق وعلاجها، والجروح، وترميم الأنسجة الجلدية، وتلطيف أعراض الإكزيما.

القيصوم العطري/ الأخيلية *(Achillea millefolio):* يُستخدم مغلي أجزائه الهوائية، والأوراق والأزهار، باعتبارها دهانًا موضعيًا لعلاج الأمراض الجلدية التحسسية وعلاج داء الثعلبة في فروة الرأس، وضعف بصيلات الشعر مع التدليك لتنشيط الدورة الدموية الموضعية، كما يوقف نزف الدم ويعالج الجروح.

نبـات القــراص الكبيــر *(Urtica dioica):* مـن الفصيلـة القراصية له فوائد كبيرة حين تطبيقه موضعيًا، حيث يمكن تطبيق عجينة النبات ضمن الكمادات؛ لمعالجة الحروق، والجروح، والطفح الجلدي، والإكزيما، كما تدخل خلاصاته في مستحضرات العناية بالشعر وتقويته، والتخلص من القشرة، وتقليل الإفرازات الدهنية في فروة الرأس.

نبات البلوط *(Quercus infectoria Oliv):* من الفصيلة البلوطية: تنتشر أشجار البلوط في غابات دول الشرق الأوسط وشمال إفريقيا والمغرب العربي.

الجزء المُستخدَم والمكونات الفعّالة: الأوراق، وتحتوي على مواد فعَّالة مثل: سيكليتول، ومواد دباغية مشتقة من حمض الجاليك، ونشا، وصمغ، وراتين، وزيت طيار. يدخل مسحوق الأوراق في المراهم الجلدية لعلاج الالتهابات الجلدية والإكزيما وتقرُّحات الجلد. كما يُستخدم مغلي الأوراق لنفس الغاية وبوصفه غرغرة فموية مطهرة.

الجوز *(Juglans regia):* من الفصيلة الجوزية: تُستخدم أوراق الجوز بعد النقع أو الغلي موضعيًا على شكل غسول وكمادات، أو مراهم لعلاج المشكلات الجلدية الشائعة مثل: حب الشباب، والإكزيما، والتهابات الجلد وتقرحاته.

الزعتر الشائع *(Thymus vulgaris):* يُستخدم زيته العطري موضعيًا لعلاج وتطهير الجروح وحب الشباب والإكزيما.

نبات الحناء *(Lowsonia inermis):* من الفصيلة الحنائية. هو نبات ذو رائحة فواحة طيبة، قد يتجاوز طول الشجرة المترين. قد تصبح أفرعها شبيهة بالأشواك مع الزمن، وأوراقها بسيطة بيضاوية. أزهارها شعاعية المنظر. يوجد منذ القدم في بلدان الشرق الأوسط، ومصر، والجزيرة العربية، وبعض دول جنوب آسيا، حيث استخدمه القدماء لغايات شتى.

الجزء المستخدم والمكونات الفعّالة: الأوراق، يوجد في النبات مركَّبات دباغية تُعرَف باسم حمض التانيك (Tannin)، وجليكوزيدات، وكومارينات، وفلافونويدات، ومواد سكرية، وداتينات. تخفف مستحضرات وخلاصة الأوراق من آلام الحروق، وتُستخدَم لالتئام الجروح وتخفيف الإكزيما وتقرُّحات القدم السكرية. كما تُستخدم موضعيًا على فروة الرأس للقضاء على الطفيليات والإفرازات الدهنية الزائدة، وتفيد في تخفيف التهاب فروة الرأس وتعالج القشرة.

شجرة الزيتون *(Olea europaea):* الجزء المستخدم الزيت المحضَّر من الثمار، ويُستخدم موضعيًا على الجلد لعلاج الالتهابات السطحية، وتلطيف أعراض الإكزيما، خاصة التقشرات والحكة والصدفية. ويُطبَّق موضعيًا على فروة الرأس لتخفيف القشرة، وتقوية بصيلات الشعر.

نبات الصبر *(Aloe vera):* تخدم المادة الهلامية التي يتم الحصول عليها في علاج الالتهابات الجلدية والحروق والأمراض الجلدية الشائعة مثل: الإكزيما وحب الشباب، وتدخل العصارة الهلامية في عديد من الأشكال الصيدلانية الخاصة بالجلد (مراهم)، وفروة الرأس (شامبو) لما تُقدم من غايات.

نبات الشيح *(Artemisia herba-alba):* من الفصيلة النجمية. وهو نبات عشبي صغير عطري الرائحة، ساقه صلبة وقائمة، وأوراقه صغيرة، وكذلك أزهاره. ينتشر في دول الشرق الأوسط وشمال إفريقيا خاصة في المناطق الجافة.

الجزء المُستخدَم والمكونات الفعّالة: الأجزاء الهوائية (الساق، والأوراق، والزهور). يحتوي على زيت طيار غني بالتربينات الفعَّالة مثل: الكافور، وبعض الفلافونويدات. يتميز الزيت الطيار المستخدم موضعيًا بخواص مضادة للجراثيم والفطريات، ومفيد في علاج الليشمانيات الجلدية والإكزيما والتقرُّحات الجلدية.



صورة توضح نبات الشيح.

نبات الحبق *(Ocimum Basilicum):* من الفصيلة الشفوية. نبات عشبي حولي، ينمو ويُستزرَع في المناطق الحارة من إفريقيا وآسيا.

الجزء المُستخدَم والمكونات الفعّالة: كامل العشب، ويحوي زيتًا طيارًا وجليكوزيدات وصابونينيات. وقد أثبتت بعض الأبحاث قدرة المستحضرات منه على معالجة حب الشباب.

المراجـــع

References

أولًا : المراجع العربية

- الأغواني، وائل، دراسة التأثير المضاد للتشنج للخلاصة الإيثانولية لنبات العطرة في أمعاء الأرنب المعزولة، مجلة جامعة البعث، المجلد39، العدد 17، عام2017م.

- الشماع، عصام، حسن آغا، محمد عصام، النوري، أحمد سمير، علم العقاقير وكيمياء العقاقير 2، منشورات جامعة دمشق، كلية الصيدلة، مديرية الكتب والمطبوعات الجامعية، دمشق، سوريا، عام 2012م.

- الغزي، محمد عيد، الأعشاب والنباتات أسرارها وفوائدها، مكتبة الأسد الوطنية، دمشق، عام 2006م.

- النوري، أحمد سمير، حسن آغا، محمد عصام، الشماع، عصام، علم العقاقير وكيمياء العقاقير 1، منشورات جامعة دمشق، كلية الصيدلة، مديرية الكتب والمطبوعات الجامعية، دمشق، سوريا، عام 2010 م .

- جامعة الدول العربية، المركز العربي لدراسات المناطق الجافة والأراضي القاحلة (أكساد)، أطلس النباتات الطبية والعطرية في الوطن العربي، دمشق، سوريا، عام 2012م.

- عرموش، هاني، الأعشاب في كتاب، دار النفائس للطباعة والنشر والتوزيع، دمشق، سوريا، عام2003م.

- عودات، محمد، موسوعة التداوي بالنباتات الطبية، الأهالي للطباعة والنشر والتوزيع، دمشق، سوريا، عام 2001 م.

ثانيًا: المراجع الأجنبية

- Skowrońska W, Bazylko A. The Potential of Medicinal Plants and Natural Products in the Treatment of Burns and Sunburn-A Review. Pharmaceutics. 2023.

- Zhang Y, Liu J, Guan L, Fan D, Xia F, Wang A, Bao Y, Xu Y. By-Products of Zea mays L.: A Promising Source of Medicinal Properties with Phytochemistry and Pharmacological Activities: A Comprehensive Review. Chem Biodivers. 2023.

- Alkhoori MA, Kong AS, Aljaafari MN, Abushelaibi A, Erin Lim SH, Cheng WH, Chong CM, Lai KS. Biochemical Composition and Biological Activities of Date Palm (Phoenix dactylifera L.) Seeds: A Review. Biomolecules. 2022.

- Bassel Hussein, Rama Aziz, Rama Al Mouslli, Ghina Obaid, Nour Al Assal, Kinda Al Yaseen. Preparation and evaluation of dermal gel containing Ocimum Basilicum for acne vulgaris treatment. IJSAR, 2022.

- Gonçalves AC, Flores-Félix JD, Coutinho P, Alves G, Silva LR. Zimbro (Juniperus communis L.) as a Promising Source of Bioactive Compounds and Biomedical Activities: A Review on Recent Trends. Int J Mol Sci. 2022 Mar.

- Hwang, S. Y., Son, D. J., Kim, I. W., Kim, D. M., Sohn, S. H., Lee, J. J., et al. (2008). Korean red ginseng attenuates hypercholesterolemia-enhanced platelet aggregation through suppression of diacylglycerol liberation in highcholesterol-diet-fed rabbits. Phytother. 2022.

- Zhang J, Chai X, Zhao F, Hou G, Meng Q. Food Applications and Potential Health Benefits of Hawthorn. Foods. 2022.

- Halim Serafi A, Azmat A, Ahmed M, Bafail M, Hussain Z. Beneficial Effects of Black Cardamom (Amomum subulatum) on Hemodynamic Parameters in Normotensive and Spontaneously Hypertensive Rats. Pak J Biol Sci. 2022.

- Ebrahimzadeh A, Ebrahimzadeh A, Mirghazanfari SM, Hazrati E, Hadi S, Milajerdi A. The effect of ginger supplementation on metabolic profiles in patients with type 2 diabetes mellitus: --A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. Complement Ther Med. 2022.

- Taheri Y, Quispe C, Herrera-Bravo J, Sharifi-Rad J, Ezzat SM, Merghany RM, Shaheen S, Azmi L, Prakash Mishra A, Sener B, Kılıç M, Sen S, Acharya K, Nasiri A, Cruz-Martins N, Tsouh Fokou PV, Ydyrys A, Bassygarayev Z, Daştan SD, Alshehri MM, Calina D, Cho WC. Urtica dioica-Derived Phytochemicals for Pharmacological and Therapeutic Applications. Evid Based Complement Alternat Med. 2022.

- Soulaidopoulos S, Tsiogka A, Chrysohoou C, Lazarou E, Aznaouridis K, Doundoulakis I, Tyrovola D, Tousoulis D, Tsioufis K, Vlachopoulos C, Lazaros G. Overview of Chios Mastic Gum (Pistacia lentiscus) Effects on Human Health. Nutrients. 2022.

- Liu Q, Zang EH, Wang CC, Liu YC, Niu H, Gao Y, Li MH. Dianthi herba: a comprehensive review of its botany, traditional use, phytochemistry, and pharmacology. Chin Med. 2022.

- Baharara H, Moghadam AT, Sahebkar A, Emami SA, Tayebi T, Mohammadpour AH. The Effects of Ivy (Hedera helix) on Respiratory Problems and Cough in Humans: A Review. Adv Exp Med Biol. 2021.

- Sun CP, Jia ZL, Huo XK, Tian XG, Feng L, Wang C, Zhang BJ, Zhao WY, Ma XC. Medicinal Inula Species: Phytochemistry, Biosynthesis, and Bioactivities. Am J Chin Med. 2021.

- Alqethami A, Aldhebiani AY, Teixidor-Toneu I. Medicinal plants used in Jeddah, Saudi Arabia: A gender perspective. J Ethnopharmacol. 2020.

- LiverTox: Clinical and Research Information on Drug-Induced Liver Injury [Internet]. Bethesda (MD): National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases; 2012–. Uva Ursi. 2020.

إصـــــدارات

المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

أولاً: الكتب الأساسية والمعاجم والقواميس والأطالس

1 ـ دليل الأطباء العرب (1)	إعداد: المركز
2 ـ التنمية الصحية (2)	تأليف: د. رمسيس عبد العليم جمعة
3 ـ نظم وخدمات المعلومات الطبية (3)	تأليف: د. شوقي سالم وآخرين
4 ـ السرطان المهني (4)	تأليف: د. جاسم كاظم العجزان
5 ـ القانون وعلاج الأشخاص المعولين على المخدرات والمسكرات (دراسة مقارنة للقوانين السارية) (5)	تأليف: د.ك. بورتر وآخرين ترجمة: المركز
6 ـ الدور العربي في منظمة الصحة العالمية (6)	إعداد: الأمانة الفنية لمجلس وزراء الصحة العرب
7 ـ دليل قرارات المكتب التنفيذي لمجلس وزراء الصحة العرب (7)	إعداد: الأمانة الفنية لمجلس وزراء الصحة العرب
8 ـ الموجز الإرشادي عن الأمراض التي تنتقل عن طريق الاتصال الجنسي (8)	تأليف: د. نيكول ثين ترجمة: د. إبراهيم القشلان
9 ـ السرطان: أنواعه ـ أسبابه ـ تشخيصه طرق العلاج والوقاية منه (9)	تأليف: د. عبد الفتاح عطا الله
10 ـ دليل المستشفيات والمراكز العلاجية في الوطن العربي (10)	إعداد: المركز
11 ـ زرع الأعضاء بين الحاضر والمستقبل (11)	تأليف: د. عبد الفتاح عطا الله
12 ـ الموجز الإرشادي عن الممارسة الطبية العامة (12)	تأليف: كونراد. م. هاريس ترجمة: د.عدنان تكريتي
13 ـ الموجز الإرشادي عن الطب المهني (13)	تأليف: د. هـ.أ. والدرون ترجمة: د. محمد حازم غالب
14 ـ الموجز الإرشادي عن التاريخ المرضي والفحص السريري (15)	تأليف: روبرت تيرنر ترجمة: د. إبراهيم الصياد
15 ـ الموجز الإرشادي عن التخدير (16)	تأليف: د. ج.ن. لون ترجمة: د. سامي حسين
16 ـ الموجز الإرشادي عن أمراض العظام والكسور (17)	تأليف: ت. دكوورث ترجمة: د. محمد سالم

17 ـ الموجز الإرشادي عن الغدد الصماء (18) — تأليف: د. ر.ف.فلتشر — ترجمة: د.نصر الدين محمود

18 ـ دليل طريقة التصوير الشعاعي (19) — تأليف: د. ت. هولم وآخرين — ترجمة: المركز ومنظمة الصحة العالمية

19 ـ دليل الممارس العام لقراءة الصور الشعاعية (20) — تحرير: د. ب.م.س بالمر وآخرين — ترجمة: المركز ومنظمة الصحة العالمية

20 ـ التسمية الدولية للأمراض (مجلس المنظمات الدولية للعلوم الطبية) المجلد 2 الجزء 3 الأمراض المعدية (22) — ترجمة: المركز ومنظمة الصحة العالمية

21 ـ الداء السكري لدى الطفل (23) — تأليف: د. مصطفى خياطي — ترجمة: د. مروان القنواتي

22 ـ الأدوية النفسانية التأثير: تحسين ممارسات الوصف (24) — تحرير: د. عبدالحميد قدس و د. عنايت خان

23 ـ التعليم الصحي المستمر للعاملين في الحقل الصحي : دليل ورشة العمل (25) — تحرير: د. ف.ر.أ بات ود. أ. ميخيا — ترجمة: المركز ومنظمة الصحة العالمية

24 ـ التخدير في مستشفى المنطقة (26) — تأليف: د. مايكل ب. دوبسون — ترجمة: د. برهان العابد — مراجعة: د. هيثم الخياط

25 ـ الموجز الإرشادي عن الطب الشرعي (27) — تأليف: د.ج.جي — ترجمة: د. عاطف بدوي

26 ـ الطب التقليدي والرعاية الصحية (28) — تأليف: د. روبرت هـ. باترمان وآخرين — ترجمة: د.نزيه الحكيم — مراجعة: أ. عدنان يازجي

27 ـ أدوية الأطفال (29) — تأليف: د.ن.د بارنز وآخرين — ترجمة: د. لبيبة الخردجي — مراجعة: د. هيثم الخياط

28 ـ الموجز الإرشادي عن أمراض العين (30) — تأليف: د. ب.د. تريفر ـ روبر — ترجمة: د. عبدالرزاق السامرائي

29 ـ التشخيص الجراحي (31) — تأليف د. محمد عبد اللطيف إبراهيم

30 ـ تقنية المعلومات الصحية (واقع واستخدامات تقنية واتصالات المعلومات البعدية في المجالات الصحية) (32)	ترجمة: د. شوقي سالم
31 ـ الموجز الإرشادي عن طب التوليد (33)	تأليف: د. جفري شامبر لين ترجمة: د. حافظ والي
32 ـ تدريس الإحصاء الصحي (عشرون مخططاً تمهيدياً لدروس وحلقات دراسية) (34)	تحرير: س.ك. لوانجا وتشو ـ يوك تي ترجمة: د. عصمت إبراهيم حمود مراجعة: د. عبد المنعم محمد علي
33 ـ الموجز الإرشادي عن أمراض الأنف والأذن والحنجرة (35)	تأليف: د. ب.د. بول ترجمة: د. زهير عبد الوهاب
34 ـ علم الأجنة السريري (37)	تأليف: د. ريتشارد سنل ترجمة: د. طليع بشور
35 ـ التشريح السريري (38)	تأليف: د. ريتشارد سنل ترجمة: د. محمد أحمد سليمان
36 ـ طب الاسنان الجنائي (39)	تأليف: د. صاحب القطان
37 ـ أطلس أمراض العين في الدول العربية سلسلة الأطالس الطبية (40)	تأليف: د.أحمد الجمل و د. عبد اللطيف صيام
38 ـ الموجز الإرشادي عن أمراض النساء (41)	تأليف: جوزفين بارنز ترجمة: د. حافظ والي
39 ـ التسمية التشريحية (قاموس تشريح) (42)	ترجمة: د. حافظ والي
40 ـ الموجز الإرشادي عن توازن السوائل والكهارل (43)	تأليف: د. شيلا ويللاتس ترجمة: د. حسن العوضي
41 ـ الموجز الإرشادي عن المسالك البولية (44)	تأليف: د. جون بلاندي ترجمة: د. محيي الدين صدقي
42 ـ الموجز الإرشادي عن الأمراض النفسية (45)	تأليف: د. جيمس و د. يليس و ج.م. ماركس ترجمة: د.محمد عماد فضلي
43 ـ دليل الطالب في أمراض العظام والكسور سلسلة المناهج الطبية (46)	تأليف: د. فرانك ألويسيو وآخرين ترجمة: د. أحمد ذياب وآخرين
44 ـ دليل المؤسسات التعليمية والبحثية الصحية في الوطن العربي ـ 3 أجزاء (47)	إعداد: المركز

45 ـ التدرن السريري (48)	تأليف: البروفيسور سير جون كروفتن وآخرين ترجمة: د. محمد علي شعبان
46 ـ مدخل إلى الآنثروبولوجيا البيولوجية (49)	تأليف: د. علي عبدالعزيز النفيلي
47 ـ الموجز الإرشادي عن التشريح (50)	تأليف: د. دي.بي. موفات ترجمة: د. محمد توفيق الرخاوي
48 ـ الموجز الإرشادي عن الطب السريري (51)	تأليف: د. ديڤيد روبنشتين و د. ديڤيد وين ترجمة: د. بيومي السباعي
49 ـ الموجز الإرشادي عن علم الأورام السريري (52)	تأليف: د. باري هانكوك و د.ج ديڤيد برادشو ترجمة: د. خالد أحمد الصالح
50 ـ معجم الاختصارات الطبية (53)	إعداد: المركز
51 ـ الموجز الإرشادي عن طب القلب سلسلة المناهج الطبية (55)	تأليف: د. ج. فليمنج وآخرين ترجمة: د. عاطف أحمد بدوي
52 ـ الهستولوجيا الوظيفية سلسلة المناهج الطبية (56)	تأليف: د. م. بوريسنكو و د. ت. بورينجر ترجمة: أ. عدنان اليازجي
53 ـ المفاهيم الأساسية في علم الأدوية سلسلة المناهج الطبية (57)	تأليف: د. جانيت سترينجر ترجمة: د. عادل نوفل
54 ـ المرجع في الأمراض الجلدية سلسلة المناهج الطبية (58)	تأليف: د. صالح داود و د. عبد الرحمن قادري
55 ـ أطلس الأمراض الجلدية سلسلة الأطالس الطبية (59)	تأليف: د. جيفري كالين وآخرين ترجمة: د. حجاب العجمي
56 ـ معجم مصطلحات الطب النفسي سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (60)	إعداد: د. لطفي الشربيني مراجعة: د. عادل صادق
57 ـ أساسيات طب الأعصاب سلسلة المناهج الطبية (61)	تأليف: د. إ.م.س. ولكنسون ترجمة: د. لطفي الشربيني، و د. هشام الحناوي
58 ـ معجم مصطلحات علم الأشعة والأورام سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (62)	إعداد: د. ضياء الدين الجماس وآخرين مراجعة وتحرير: مركز تعريب العلوم الصحية
59 ـ علم الطفيليات الطبية سلسلة المناهج الطبية (63)	تأليف: د. و. بيك، ود. ج. ديڤيز ترجمة: د. محمد خير الحلبي
60 ـ الموجز الإرشادي عن فيزيولوجيا الإنسان سلسلة المناهج الطبية (64)	تحرير: د. جون براي وآخرين ترجمة: د. سامح السباعي

61 ـ أساسيات علم الوراثيات الطبية — تأليف: د. مايكل كونور
سلسلة المناهج الطبية (65) — ترجمة: د. سيد الحديدي

62 ـ معجم مصطلحات أمراض النساء والتوليد — إعداد: د. محمد حجازي وآخرين
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (66) — تحرير: مركز تعريب العلوم الصحية

63 ـ أساسيات علم المناعة الطبية — تأليف: د.هيلين شابل وآخرين
سلسلة المناهج الطبية (67) — ترجمة: د. نائل بازركان

64 ـ معجم مصطلحات الباثولوجيا والمختبرات — إعداد: د. سيد الحديدي وآخرين
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (68) — تحرير: مركز تعريب العلوم الصحية

65 ـ أطلس الهستولوجيا — تأليف: د. شو ـ زين زانج
سلسلة الأطالس الطبية (69) — ترجمة: د. عبد المنعم الباز وآخرين
مراجعة: مركز تعريب العلوم الصحية

66 ـ أمراض جهاز التنفس — تأليف: د. محمود باكير و د. محمد المسالمة
سلسلة المناهج الطبية (70) — د. محمد المميز و د. هيام الريس

67 ـ أساسيات طب الجهاز الهضمي (جزءان) — تأليف: د.ت. يامادا وآخرين
سلسلة المناهج الطبية (71) — ترجمة: د. حسين عبدالحميد وآخرين

68 ـ الميكروبيولوجيا الطبية (جزءان) — تأليف: د. جيو بروكس وآخرين
سلسلة المناهج الطبية (72) — ترجمة: د. عبد الحميد عطية وآخرين

69 ـ طب الأطفال وصحة الطفل — تأليف: د. ماري رودلف، د. مالكوم ليفين
سلسلة المناهج الطبية (73) — ترجمة: د. حاتم موسى أبو ضيف وآخرين

70 ـ الموجز الإرشادي عن الباثولوجيا (جزءان) — تأليف: د.أ.د. تومسون، د.ر.إ. كوتون
سلسلة المناهج الطبية (74) — ترجمة: د. حافظ والي

71 ـ طب العائلة — تأليف: د. ناصر بوكلي حسن
سلسلة المناهج الطبية (75)

72 ـ الطبيب، أخلاق ومسؤولية — تأليف: د. محمد خالد المشعان
سلسلة الكتب الطبية (76)

73 ـ هاربرز في الكيمياء الحيوية (3 أجزاء) — تأليف: د. روبرت موراي وآخرين
سلسلة المناهج الطبية (77) — ترجمة: د. عماد أبو عسلي و د. يوسف بركات

74 ـ أطلس أمراض الفم — تأليف: د. كريسبيان سكولي وآخـرين
سلسلة الأطالس الطبية (78) — ترجمة: د. صاحب القطــان

75 ـ الموجز الإرشادي عن علم الاجتماع الطبي — تأليف: د. ديڤيد هاناي
سلسلة المناهج الطبية (79) — ترجمة: د. حسن العوضي

76ـ دليل المراجعة في أمراض النساء والتوليد — تأليف: د. إيرول نورويتز
سلسلة المناهج الطبية (80) — ترجمة: د. فرحان كوجان

77ـ دليل المراجعة في أمراض الكلى — تأليف: د. كريس كالاهان و د. باري برونر
سلسلة المناهج الطبية (81) — ترجمة: د. أحمد أبو اليسر

78ـ دليل المراجعة في الكيمياء الحيوية — تأليف: د.بن جرينشتاين و د.آدم جرينشتاين
سلسلة المناهج الطبية (82) — ترجمة: د. يوسف بركات

79ـ أساسيات علم الدمويات — تأليف: د.ف. هوفبراند وآخرين
سلسلة المناهج الطبية (83) — ترجمة: د. سعد الدين جاويش وآخرين

80 ـ الموجز الإرشادي عن طب العيون — تأليف: د. بروس جيمس
سلسلة المناهج الطبية (84) — ترجمة: د. سرى سبع العيش

81 ـ مبادئ نقص الخصوبة — تأليف: د. بيتر برود و د. أليسون تايلور
سلسلة المناهج الطبية (85) — ترجمة: د. وائل صبح و د. إسلام أحمد حسن

82 ـ دليل المراجعة في الجهاز الهضمي — تأليف: د. سانيش كاشاف
سلسلة المناهج الطبية (86) — ترجمة: د. يوسف بركات

83 ـ الجراحة الإكلينيكية — تأليف: د. ألفريد كوشيري وآخرين
سلسلة المناهج الطبية (87) — ترجمة: د. بشير الجراح وآخرين

84 ـ دليل المراجعة في الجهاز القلبي الوعائي — تأليف: د. فيليب آرونسون
سلسلة المناهج الطبية (88) — ترجمة: د. محمد حجازي

85 ـ دليل المراجعة في المكروبيولوجيا — تأليف: د. ستيفن جليسبي و د. كاترين بامفورد
سلسلة المناهج الطبية (89) — ترجمة: د. وائل محمد صبح

86 ـ مبادئ طب الروماتزم — تأليف: د. ميشيل سناث
سلسلة المناهج الطبية (90) — ترجمة: د. محمود الناقة

87 ـ علم الغدد الصماء الأساسي والإكلينيكي — تأليف: فرنسيس جرينسبان و ديڤيد جاردنر
سلسلة المناهج الطبية (91) — ترجمة: د. أكرم حنفي وآخرين

88 ـ أطلس الوراثيات — تأليف: د. إبرهارد باسرج وآخرين
سلسلة الأطالس الطبية (92) — ترجمة: د. وائل صبح وآخرين

89 ـ دليل المراجعة في العلوم العصبية — تأليف: د. روجر باركر وآخرين
سلسلة المناهج الطبية (93) — ترجمة: د. لطفي الشربيني

90 ـ معجم مصطلحات أمراض الفم والأسنان
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (94)
إعداد: د. فتحي عبد المجيد وفـا
مراجعة: د. محمد فؤاد الذاكري وآخـرين

91 ـ الإحصـاء الطبي
سلسلة المناهج الطبية (95)
تأليف: د. جينيفير بيت وآخرين
ترجمة: د. نائل عبدالقادر وآخـرين

92 ـ إعـاقات التعلم لدى الأطفال
سلسلة المناهج الطبية (96)
تأليف: د. بيتـر بيـرك و د. كاتي سيجنو
ترجمة: د. عبد المنعم الباز و أ. سميرة مرجان

93 ـ السـرطـانات النسـائيـة
سلسلة المناهج الطبية (97)
تأليف: د. أحمـد راغـب
تحـريـر: مركز تعريب العلوم الصحية

94 ـ معجم مصطلحات جراحة العظام والتأهيل
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (98)
إعــداد: د. عبـد الرزاق سري السـباعي وآخرين
مراجعة: د. أحمـد ذيـاب وآخـرين

95 ـ التفاعلات الضائرة للغذاء
سلسلـة المناهـج الطبيـة (99)
إعــداد: د. جودث بيتـرس
ترجمة: د. طـه قمصاني و د. خالد مدني

96 ـ دليل المراجعة في الجراحة
سلسلة المناهج الطبية (100)
تأليف: د. بيرس جراس و د. نيل بورلي
ترجمة: د. طالب الحلبي

97 ـ الطب النفسي عند الأطفال
سلسلة المناهج الطبية (101)
تأليف: د. روبرت جودمان و د. ستيفن سّكوت
ترجمة: د. لطفي الشربيني و د. حنان طقش

98 ـ مبادئ نقص الخصوبة (ثنائي اللغة)
سلسلة المناهج الطبية (102)
تأليف: د. بيتر برود
ترجمة: د. وائل صبح وآخرين

99 ـ المعجم المفسر للطب والعلوم الصحية
(الإصـدار الأول حرف A)
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (103)
إعداد: د. يعقوب أحمد الشراح
إشراف: د. عبد الرحمن عبد الله العوضي

100 ـ دليل المراجعة في التاريخ المرضي
والفحص الإكلينيكي
سلسلة المناهج الطبية (104)
تأليف: د. جونثـان جليـادل
ترجمة: د.محمود الناقة و د. عبد الرزاق السباعي

101 ـ الأساسيات العامة ـ طب الأطفال
سلسلة المناهج الطبية (105)
تأليف: د. جوديث سوندهايمر
ترجمة: د. أحمد فرج الحسانين وآخـرين

102 ـ دليـل الاختبـارات المعمليـــة
والفحوصات التشخيصية
سلسلة المناهج الطبية (106)
تأليف: د.دنيس ويلسون
ترجمة: د. سيد الحديدي وآخرين

103 ـ التغيـرات العالمية والصحة
سلسلة المناهج الطبية (107)
تحريـر: د. كيلي لي و چيف كولين
ترجمة: د. محمد براء الجندي

104 ـ التعرض الأولي
الطب الباطني: طب المستشفيات
سلسلة المناهج الطبية (108)
تأليف: د. تشارلز جريفيث وآخرين
ترجمة: د. عبدالناصر كعدان وآخرين

105 ـ مكافحة الأمراض السارية
سلسلة المناهج الطبية (109)
تحريـر: د. نورمان نوح
ترجمة: د. عبدالرحمن لطفي عبدالرحمن

106 ـ المعجم المفسر للطب والعلوم الصحية
(الإصـدار الأول حرف B)
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (B)
إعداد: د. يعقوب أحمد الشراح
إشراف: د. عبدالرحمن عبدالله العوضي

107 ـ علم النفس للممرضات ومهنيي
الرعاية الصحية
سلسلة المناهج الطبية (110)
تأليف: د. جين ولكر وآخرين
ترجمة: د. سميرة ياقوت وآخرين

108 ـ التشريح العصبي(نص وأطلس)
سلسلة الأطالس الطبية العربية (111)
تأليف: د. چون هـ ـ مارتن
ترجمة: د.حافظ والي وآخرين

109 ـ المعجم المفسر للطب والعلوم الصحية
(الإصـدار الأول حرف C)
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (C)
إعداد: د. يعقوب أحمد الشراح
إشراف: د. عبد الرحمن عبد الله العوضي

110 ـ السرطان والتدبير العلاجي
سلسلة المناهج الطبية (112)
تأليف: روبرت سوهامي ـ جيفري توبياس
ترجمة: د. حسام خلف وآخرين

111 ـ التشخيص والمعالجة الحالية:
الأمراض المنقولة جنسياً
سلسلة المناهج الطبية (113)
تحرير: د. جيفري د.كلوسنر وآخرين
ترجمة: د. حسام خلف وآخرين

112 ـ الأمراض العدوائية .. قسم الطوارئ ـ
التشخيص والتدبير العلاجي
سلسلة المناهج الطبية (114)
تحرير: د. إلين م. سلاڤين وآخرين
ترجمة: د. ضياء الدين الجماس وآخرين

113 ـ أسس الرعاية الطارئة
سلسلة المناهج الطبية (115)
تحرير: د. كليف ايڤانز وآخرين
ترجمة: د. جمال جودة وآخرين

114 ـ الصحة العامة للقرن الحادي والعشرين
آفاق جديدة للسياسة والمشاركة والممارسة
سلسلة المناهج الطبية (116)
تحرير: د. جودي أورم وآخرين
ترجمة: د. حسناء حمدي وآخرين

115 ـ الدقيقة الأخيرة ـ طب الطوارئ
سلسلة المناهج الطبية(117)
تحرير: د. ماري جو واجنر وآخرين
ترجمة: د. ناصر بوكلي حسن وآخرين

116 ـ فهم الصحة العالمية
سلسلة المناهج الطبية(118)
تحرير: د. وليام هـ . ماركال وآخرين
ترجمة: د. جاكلين ولسن وآخرين

117 ـ التدبير العلاجي لألم السرطان
سلسلة المناهج الطبية(119)
تأليف: د. مايكل فيسك و د. ألين برتون
ترجمة: د.أحمد راغب و د. هشام الوكيل

118 ـ التشخيص والمعالجة الحالية ـ طب
الروماتزم ـ سلسلة المناهج الطبية(120)
تأليف: د. جون إمبودن وآخرين
ترجمة: د. محمود الناقة وآخرين

119 ـ التشخيص والمعالجة الحالية ـ الطب الرياضي
سلسلة المناهج الطبية(121)
تحرير: د. باتريك ماكموهون
ترجمة: د. طالب الحلبي و د. نائل بازركان

120 ـ السياسة الاجتماعية للممرضات
والمهن المساعدة
سلسلة المناهج الطبية (122)
تأليف: د. ستيڤن بيكهام و د.ليز ميرابياو
ترجمة: د. لطفي عبد العزيز الشربيني وآخرين

121 ـ التسمم وجرعة الدواء المفرطة
سلسلة المناهج الطبية (123)
تحرير: د. كينت أولسون وآخرين
ترجمة: د. عادل نوفل وآخرين

122 ـ الأرجية والربو
"التشخيص العملي والتدبير العلاجي"
سلسلة المناهج الطبية (124)
تحرير: د. مسعود محمدي
ترجمة: د. محمود باكير وآخرين

123 ـ دليل أمراض الكبد
سلسلة المناهج الطبية (125)
تحرير: د. لورانس فريدمان و د. أيميت كييفي
ترجمة: د. عبد الرزاق السباعي وآخرين

124 ـ الفيزيولوجيا التنفسية
سلسلة المناهج الطبية (126)
تأليف: د. ميشيل م. كلوتير
ترجمة: د. محمود باكير وآخرين

125 ـ البيولوجيا الخلوية الطبية
سلسلة المناهج الطبية (127)
تأليف: روبرت نورمان و ديڤيد لودويك
ترجمة: د. عماد أبو عسلي و د. رانيا توما

126 ـ الفيزيولوجيا الخلوية
سلسلة المناهج الطبية (128)
تأليف: د. مورديكاي بلوشتاين وآخرين
ترجمة: د. نائل بازركان

127 ـ تطبيقات علم الاجتماع الطبي
سلسلة المناهج الطبية (129)
تحرير: د. جراهام سكامبلر
ترجمة: د. أحمد ديب دشاش

128 ـ طب نقل الدم
سلسلة المناهج الطبية (130)
تأليف: د. جيفري ماكولف
ترجمة: د. سيد الحديدي وآخرين

129 ـ الفيزيولوجيا الكلوية
سلسلة المناهج الطبية (131)
تأليف: د.بروس كوبن وآخرين
ترجمة: د. محمد بركات

130 ـ الرعاية الشاملة للحروق
سلسلة المناهج الطبية (132)
تأليف: د. ديڤيد هيرنادون
ترجمة: د. حسام الدين خلف وآخرين

131 ـ سلامة المريض ـ بحوث الممارسة
سلسلة المناهج الطبية (133)
تحرير: د. كيرين ولش و د. روث بودن
ترجمة: د. تيسير العاصي

132 ـ المعجم المفسر للطب والعلوم الصحية
(الإصدار الأول حرف D)
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (D)
إعداد: د. يعقوب أحمد الشراح
إشراف: د. عبد الرحمن عبد الله العوضي

133 ـ طب السفر
سلسلة المناهج الطبية (134)
تحرير: د. جاي كايستون وآخرين
ترجمة: د.عادل نوفل وآخرين

134 ـ زرع الأعضاء
دليل للممارسة الجراحية التخصصية
سلسلة المناهج الطبية (135)
تحرير: د. جون فورسيث
ترجمة:د. عبد الرزاق السباعي
د. أحمد طالب الحلبي

135 ـ إصابات الأسلحة النارية في الطب الشرعي
سلسلة المناهج الطبية (136)
تأليف: د. محمد عصام الشيخ

136 ـ "ليڤين وأونيل" القدم السكري
سلسلة المناهج الطبية (137)
تأليف: د. جون بوكر و مايكل فايڤر
ترجمة:د. أشرف رمسيس وآخرين

137 ـ المعجم المفسر للطب والعلوم الصحية
(الإصدار الأول حرف E)
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (E)
إعداد: د. يعقوب أحمد الشراح
إشراف: د. عبد الرحمن عبد الله العوضي

138 ـ معجم تصحيح البصر وعلوم الإبصار
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة(138)
تأليف: د. ميشيل ميلودوت
ترجمة: د. سُرى سبع العيش
و د. جمال إبراهيم المرجان

139 ـ معجم "بيلير"
للممرضين والممرضات والعاملين
في مجال الرعايــة الصحيــة
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (139)
تأليف: د. باربرا ـ ف. ويللر
ترجمة: د. طالب الحلبي وآخرين

140 ـ علم أعصاب النوم
سلسلة المناهج الطبية (140)
تأليف: د. روبرت ستيكجولد و ماثوي والكر
ترجمة: د. عبير محمد عدس
و د. نيرمين سمير شنودة

141 ـ كيف يعمل الدواء
"علم الأدوية الأساسي لمهنيي الرعاية الصحية"
سلسلة المناهج الطبية (141)
تأليف: د. هيو مكجافوك
ترجمة: د. دينا محمد صبري

142 ـ مشكلات التغذية لدى الأطفال
"دليل عملي"
سلسلة المناهج الطبية (142)
تحرير: أنجيلا ساوثال وكلاريسا مارتن
ترجمة: د. خالد المدني وآخرين

143 ـ المعجم المفسر للطب والعلوم الصحية
(الإصدار الأول حرف F)
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (F)
إعداد: د. يعقوب أحمد الشراح
إشراف: د. عبد الرحمن عبد الله العوضي

144 ـ المرض العقلي الخطيـر ـ
الأساليب المتمركزة على الشخص
سلسلة المناهج الطبية (143)
تحرير: إبراهام رودنيك وديفيد روي
ترجمة: د. محمد صبري سليط

145 ـ المنهج الطبي المتكامل
سلسلة المناهج الطبية (144)
تأليف: راجا بانداراناياكي
ترجمة: د. جاكلين ولسن

146 ـ فقد الحمل
"الدليل إلـى ما يمكـن أن يوفـره
كل من الطب المكمل والبديل"
سلسلة المناهج الطبية (145)
تأليف: جانيتا بنسيولا
ترجمة: د. محمد جابر صدقي

147 ـ الألم والمعاناة والمداواة
"الاستبصار والفهم"
سلسلة المناهج الطبية (146)
تحرير: بيتر ويميس جورمان
ترجمة: د. هشام الوكيل

148 ـ الممارسة الإدارية والقيادة للأطباء
سلسلة المناهج الطبية (147)
تأليف: جون واتيس و ستيفن كوران
ترجمة: د. طارق حمزه عبد الرؤوف

149 ـ الأمراض الجلدية لدى المسنين
سلسلة الأطالس الطبية العربية (148)
تأليف: كولبي كريغ إيفانز و ويتني هاي
ترجمة: د. تيسير كايد العاصي

150 ـ طبيعة ووظائف الأحلام
سلسلة المناهج الطبية (149)
تأليف: د. أرنست هارتمان
ترجمة: د. تيسير كايد العاصي

151 ـ تاريخ الطب العربي
سلسلة المناهج الطبية (150)
تأليف: د. محمد جابر صدقي

152 ـ عوائد المعرفة والصحة العامة
سلسلة المناهج الطبية (151)
تأليف: د. يعقوب أحمد الشراح

153 ـ الإنسان واستدامة البيئة
سلسلة المناهج الطبية (152)
تأليف: د. يعقوب أحمد الشراح

154 ـ كيف تؤثر الجينات على السلوك
سلسلة المناهج الطبية (153)
تأليف: جوناثان فلنت و رالف غرينسبان
و كينيث كندلر
ترجمة: د. علي عبد العزيز النفيلي
و د. إسراء عبد السلام بشر

155 ـ التمريض للصحة العامة
التعزيز والمبادئ والممارسة
سلسلة المناهج الطبية (154)
تحرير: بول لينسلي و روزلين كين و سارة أوين
ترجمة: د. أشرف إبراهيم سليم

156 ـ مدخل إلى الاقتصاد الصحي
سلسلة المناهج الطبية (155)
تحرير: لورنا جينيس و فيرجينيا وايزمان
ترجمة: د. سارة سيد الحارتي وآخرين

157 ـ تمريض كبار السن
سلسلة المناهج الطبية (156)
تحرير: جان ريد و شارلوت كلارك و آن ماكفارلين
ترجمة: د. تيسير كايد عاصي
و د. محمود علي الزغبي

158 ـ تمريض الحالات الحادة للبالغين
كتاب حالات مرضية
سلسلة المناهج الطبية (157)
تحرير: كارين باج و أيدين مكيني
ترجمة: د. عبد المنعم محمد عطوه
و د. عماد حسان الصادق

159 ـ النظم الصحية والصحة والثروة
والرفاهية الاجتماعية
"تقييم الحالة للاستثمار في النظم الصحية"
سلسلة المناهج الطبية (158)
تحرير: جوسيب فيجويراس و مارتن ماكي
ترجمة: د. تيسير كايد عاصي وآخرين

160 ـ الدليل العملي لرعاية مريض الخرف
سلسلة المناهج الطبية (159)
تأليف: غاري موريس و جاك موريس
ترجمة: د. عبير محمد عدس

161 ـ تعرّف على ما تأكل
كيف تتناول الطعام دون قلق؟
سلسلة المناهج الطبية (160)
تأليف: جوليا بوكرويد
ترجمة: د. إيهاب عبد الغني عبد الله

162 ـ المعجم المفسر للطب والعلوم الصحية
(الإصدار الأول حرف G)
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (G)
إعداد: د. يعقوب أحمد الشراح
إشراف: د. عبد الرحمن عبد الله العوضي

163 ـ العلة والصحة النفسية في علم الاجتماع
سلسلة المناهج الطبية (161)
تأليف: آن روجرز و ديفيد بلجريم
ترجمة: د. تيسير عاصي و د. محمد صدقي
و د. سعد شبير

164 ـ تعايش صغار السن مع السرطان
مقتضيات للسياسة والممارسة
سلسلة المناهج الطبية (162)
تأليف: آن جرينيار
ترجمة: د. تيسير كايـد عاصي

165 ـ مقالات في قضايا الصحـة والبيئـة
سلسلة المناهج الطبية (163)
إعداد: مجموعة من الأطباء والمختصين

166 ـ الخدمة الاجتماعية وتعاطي المخدرات
سلسلة المناهج الطبية (164)
تأليف: إيان بايلور و فيونا مشعام و هيوج أشير
ترجمة: د. دينا محمد صبري

167 ـ أسس الممارسة الطبية المساندة
رؤية نظرية
سلسلة المناهج الطبية (165)
تحرير: آمندا بلاير
ترجمة: د. صالح أحمد ليري
و د.أشرف إبراهيم سليم

168 ـ الصحة البيئية
سلسلة المناهج الطبية (166)
تأليف: ديد مولر
ترجمة: د. حسام عبد الفتاح صديق

169 ـ الطب النووي
سلسلة المناهج الطبية (167)
تأليف: د. إيمان مطر الشمري
و د. جيهان مطر الشمري

170 ـ الطب التكميلي والبديل
سلسلة المناهج الطبية (168)
تأليف: د. محمد جابر صدقي

171 ـ 100 حالة في جراحة وتقويم
العظام وطب الروماتزم
سلسلة المناهج الطبية (169)
تأليف: بارميندر سينج و كاثرين سوالز
محرر السلسلة: جون ريس
ترجمة: د. محمد جابر صدقي

172 ـ التشريح الشعاعي العملي
سلسلة المناهج الطبية (170)
تأليف: سارة ماك ويليامز
ترجمة: د. تيسير كايد عاصي

173 ـ المعجم المفسر للطب والعلوم الصحية
(الإصدار الأول حرف H)
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (H)
إعداد: د. يعقوب أحمد الشراح
إشراف: د. عبد الرحمن عبد الله العوضي

174 ـ التوحد سلسلة المناهج الطبية (171)	تأليف: ماري كولمان و كريستوفر جيلبرج ترجمة: د. تيسير كايد عاصي
175 ـ الطب التلطيفي سلسلة المناهج الطبية (172)	تأليف: د. أمينة محمد أحمد الأنصاري
176 ـ التشريح العصبي لمناطق اللغة بالدماغ البشري سلسلة الأطالس الطبية (173)	تأليف: ميشيل بتريدس ترجمة: د. محمد إسماعيل غريب إسماعيل
177 ـ الطعام والإدمان ـ دليل شامل سلسلة المناهج الطبية (174)	تحرير: كيلي برونيل و مارك جولد ترجمة: د. سلام محمد أبو شعبان و د. هبه حمود البالول
178 ـ دور الحيوانات في ظهور الأمراض الفيروسية سلسلة المناهج الطبية (175)	تحرير: نيكولاس چونسون ترجمة: د. أحمد محمد شوقي أبو القمصان
179 ـ شقيقة الدماغ " الوظيفة والبنية التصويرية" سلسلة المناهج الطبية (176)	تحرير: ديفيد بورسوك وآخرين ترجمة: د. تيسير كايد عاصي و د. إيهاب عبد الغني عبد الله
180 ـ معجم الوراثيات سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (177)	تأليف: روبرت كنج و باميلا موليجان و ويليام ستانسفيلد ترجمة: د. تيسير كايد عاصي و د. شيرين جابر محمد
181 ـ الأمراض الفيروسية سلسلة المناهج الطبية (178)	تأليف: د. قاسم طه الساره
182 ـ الوعي باستثمار المعرفة وتنميتها سلسلة المناهج الطبية (179)	تأليف: د. يعقوب أحمد الشراح
183 ـ إدارة المستشفيات سلسلة المناهج الطبية (180)	تأليف: د. جاكلين ولسن متى
184 ـ الضوضاء والدماغ تكيُّفيَّة البالغين والتطور النمائي المعتمد على الخبرة سلسلة المناهج الطبية (181)	تأليف: جوس إجرمونت ترجمة: د. تيسير كايد عاصي

185 ـ الممارسة العملية للفحص بفائق الصوت
دليل مصور
سلسلة المناهج الطبية (182)
تأليف: د. جين آلتي و د. إدوارد هوي
ترجمة: د. جيلان مصطفى أحمد شنب

186 ـ المعجم المفسر للطب والعلوم الصحية
(الإصدار الأول حرف I)
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (I)
إعداد: د. يعقوب أحمد الشراح
إشراف: د. عبد الرحمن عبد الله العوضي

187 ـ كيف تموت المدرسة ؟
سلسلة المناهج الطبية (183)
تأليف: د. يعقوب أحمد الشراح

188 ـ التعامل مع النصوص والمصطلحات الطبية والصحية (دليل المترجم)
سلسلة المناهج الطبية (184)
تأليف: د. قاسم طه الساره

189 ـ منع عداوى المستشفيات
مشكلات حقيقية وحلول واقعية
سلسلة المناهج الطبية (185)
تأليف: سانجاي سانت و سارة كرين و روبرت ستوك
ترجمة: د. عبد الرحمن لطفي عبد الرحمن

190 ـ سرطانة الخلايا الكلوية
سلسلة المناهج الطبية (186)
تحرير: نيزار تانير
ترجمة: د. عبير محمد عدس

191 ـ الانـتـــحـــــار
الموت غير الحتمي
سلسلة المناهج الطبية (187)
تحرير: دانوتا واسرمان
ترجمة: د. تيسير كايد عاصي

192 ـ ما الخطأ في مرارتي ؟
فهم استئصال المرارة بتنظير البطن
سلسلة المناهج الطبية (188)
تأليف: وي ـ ليانج لو و كونراد أونج نتالي نجوي و سنج شانج نجوي
ترجمة: د. محمود حافظ الناقة

193 ـ عمل واستخدام الأضداد
دليل عملي
سلسلة المناهج الطبية (189)
تحرير: جاري هوارد و ماثيو كاسر
ترجمة: د. تيسير كايد عاصي

194 ـ التخطيط الصحي
سلسلة المناهج الطبية (190)
تأليف: د. قاسم طه الساره

195 ـ رعاية المحتضرين
سلسلة المناهج الطبية (191)
تحرير: جوديث بايس
محرر السلسلة : بيتي فيريل
ترجمة: د. عبير محمد عدس

196 ـ مدخل إلى علم المصطلح الطبي سلسلة المناهج الطبية (192)	تأليف: د. قاسم طه الساره
197 ـ أفضل 300 إجابة منفردة في الطب الإكلينيكي سلسلة المناهج الطبية (193)	تأليف: جيمس ديفيز و جورج كولينز و أوسكار سويفت تحرير: هيـو بيـنـون ترجمة: د. قاسم طه الساره و د. عبد الرحمن لطفي عبد الرحمن و د. بدر محمد المراد
198 ـ النساء والمرض القلبي الوعائي معالجة الفوارق في تقديم الرعاية سلسلة المناهج الطبية (194)	تأليف: كيفين كامبل ترجمة: د. عهد عمر عرفه
199 ـ التوعية الصحية دليل العاملين في مجال الرعاية الصحية سلسلة المناهج الطبية (195)	تأليف: د. أميمة كامل السلاموني
200 ـ الصحة المدرسية سلسلة المناهج الطبية (196)	تأليف: د. عبير عبده بركات
201 ـ رواد الطب غير الحاصلين على جائزة نوبل سلسلة المناهج الطبية (197)	تحرير: جيلبرت طومسون ترجمة: د.تيسير كايد عاصي
202 ـ المرشد في الإسعافات الأولية سلسلة المناهج الطبية (198)	تأليف: د. عبدالمنعم محمد عطوه
203 ـ الطب الوقائي سلسلة المناهج الطبية (199)	تأليف: د. خالد علي المدني و د. مجدي حسن الطوخي
204 ـ العربية وإشكالية التعريب في العالم العربي سلسلة المناهج الطبية (200)	تأليف: د. علي أسعد وطفة
205 ـ بنك الدم سلسلة المناهج الطبية (201)	تأليف: د. محمد جابر لطفي صدقي
206 ـ المعجم المفسر للطب والعلوم الصحية (الإصدار الأول حرف J ،K) سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (J ،K)	إعداد: المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

207 ـ الصيدلة الإكلينيكية سلسلة المناهج الطبية (202)	تأليف: أ. د. خالد محسن حسن
208 ـ علم الفيروسات البشرية سلسلة المناهج الطبية (203)	تأليف: جون أكسفورد و باول كيلام و ليسلي كوليير ترجمة: د. قاسم طه الساره
209 ـ مبادئ الاستدلال السريري سلسلة المناهج الطبية (204)	تحرير: نيكولا كوبر و جون فراين ترجمة: أ. د. خالد فهد الجارالله و سارة عبد الجبار الناصر
210 ـ الجينات والأدمغة والإمكانات البشرية العلم وأيديولوجية الذكاء سلسلة المناهج الطبية (205)	تأليف: كين ريتشاردسون ترجمة: د. محمود حافظ الناقة و د. عبير محمد عدس
211 ـ المعالجة باللعب العلاج الديناميكي النفسي التمهيدي لمعالجة الأطفال الصغار سلسلة المناهج الطبية (206)	تأليف: باميلا ميرساند و كارين جيلمور ترجمة: د. قاسم طه الساره
212 ـ الألم المزمن دليل للمعالجة اليدوية الفعَّالة سلسلة المناهج الطبية (207)	تأليف: فيليب أوستن ترجمة: د. تيسير كايد عاصي
213 ـ الأمراض السارية المشتركة بين الإنسان والحيوان (الأمراض حيوانية المنشأ) سلسلة المناهج الطبية (208)	تأليف: أ. د. بهيجة إسماعيل البهبهاني
214 ـ أساسيات طب العيون (للدارسين بكليات الطب والأطباء الممارسين) سلسلة المناهج الطبية (209)	تحرير: راي مانوتوش و ڤيكتور كوه ترجمة: د. جمال إبراهيم المرجان و د. حنان إبراهيم الصالح
215 ـ المعجم المفسر للطب والعلوم الصحية (الإصدار الأول حرف L) سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (L)	إعداد: المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية
216 ـ الخلايا الجذعية بين الواقع والمأمول سلسلة المناهج الطبية (210)	تأليف: ليجيا بيريرا ترجمة: د. شرين جابر محمد

217 ـ العلاج الطبيعي — تأليف: أ. د. صلاح عبدالمنعم صوان
سلسلة المناهج الطبية (211)

218 - أرجــوزة فــي الــطــب ـ لابن عبد ربه — تحقيق ودراسة: أ. د. مرزوق يوسف الغنيم
(سعيد بن عبد الرحمن بن محمد بن عبد ربه)
(من علماء القرن الرابع الهجري)
سلسلة المناهج الطبية (212)

219 ـ المنهج المتكامل في طب النساء والتوليد — تحرير: كولديب سينج
ترجمة: الصيدلانية. أمنية حسني شمس الدين
سلسلة المناهج الطبية (213)

220 ـ هل اقترب الأجل؟! — تأليف: كريستوفر كيلي
مارك إيزنبرج
الدليل المتكامل لأعراضك،
وما يجب عليك فعله — ترجمة: د. وهاد حمد التوره
سلسلة المناهج الطبية (214)

221 ـ النباتات الضارة للإنسان والحيوان — تأليف: رقية حسين جاسم عبد اللَّه
سلسلة المناهج الطبية (215)

222 ـ أمراض الغدة الدرقية — تأليف: د. شيخة إبراهيم أبا الخيل
سلسلة المناهج الطبية (216)

223 ـ علم النفس الصحي — تأليف: أ. د. نعيمة بن يعقوب
من التعب العصبي إلى الكاروشي
(الموت المفاجئ)
سلسلة المناهج الطبية (217)

224 ـ أمراض الأطفال الخدَّج — تأليف: أ. د. مازن محمد ناصر العيسى
سلسلة المناهج الطبية (218)

225 ـ الصحة المجتمعية — تأليف: د. ناصر بوكلي حسن
سلسلة المناهج الطبية (219)

226 ـ مبادئ القيادة السريرية — تحرير: تيم سوانويك و جودي ماكيم
سلسلة المناهج الطبية (220) — ترجمة: أ. د. خالد فهد الجارالله
و سارة عبد الجبار الناصر

227 ـ الإقرار الحر المستنير — تأليف: د. قاسم طه الساره
سلسلة المناهج الطبية (221)

228 ـ صحة الفم والأسنان — تأليف: د. أحمد محمد الجبالي
سلسلة المناهج الطبية (222)

229 ـ علم الأدوية والعلاج — تأليف: الصيدلانية: أمنية حسني شمس الدين
سلسلة المناهج الطبية (223)

230 ـ الصحة المستدامة — تأليف: د. شيرين جابر محمد
سلسلة المناهج الطبية (224)

231 ـ السلامة والصحة المهنية — تأليف: د. حسَّان أحمد قمحية
سلسلة المناهج الطبية (225)

232 ـ حرية الحركة: المعالجة الحركية لآلام وإصابات العمود الفقري — تأليف: جوزفين كي
ترجمة: د. أشواق علي حساني و د. جواد ملا مشيمع و د. صفاء إبراهيم العجمي
سلسلة المناهج الطبية (226)

233 ـ طب الحشود — تأليف: د. ناصر بوكلي حسن
سلسلة المناهج الطبية (227)

234 ـ المعجم المفسر للطب والعلوم الصحية (الإصدار الأول حرف M) — إعداد: المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية
سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة (M)

235 ـ الساعة البيولوجية في الإنسان والكائنات الحية — تأليف: أ. د. شعبان صابر خلف الله
سلسلة المناهج الطبية (228)

236 ـ التعليم الطبي والتطوير المهني المستمر — تأليف: د. ناصر بوكلي حسن
سلسلة المناهج الطبية (229)

237 ـ جراحة الأطفال التجميلية والاستبنائية لأطباء الرعاية الأولية — تحرير: بيتر توب تيموثي كنج
ترجمة: د. نصر مصطفى خباز
سلسلة المناهج الطبية (230)

238 ـ الفارماكولوجيا التطبيقية لاختصاصيي حفظ صحة الأسنان
سلسلة المناهج الطبية (231)
تأليف: إلينا بابلينس هافيليس
ترجمة: د. إسلام حسني عبد المجيد
الصيدلانية: شيماء يوسف ربيع

239 ـ الطباعة ثلاثية الأبعاد في الطب والجراحة تطبيقات في الرعاية الصحية
سلسلة المناهج الطبية (232)
تحرير: دانيال توماس و ديبتي سينج
ترجمة: الصيدلانية. أمنية حسني شمس الدين

240 ـ أمراض الأطفال الخدَّج
سلسلة المناهج الطبية (233)
(الطبعة الثانية)
تأليف: أ. د. مازن محمد ناصر العيسى

241 ـ دليل الأورام العضلية الهيكلية
سلسلة المناهج الطبية (234)
تحرير: ماثيو والاس
محرر مشارك: فرانك فراسيكا
ترجمة: أ. د. سامح محمد أبو عامر

ثانيًا: سلسلة الثقافة الصحية والأمراض المعدية

1 ـ الأسنان وصحة الإنسان	تأليف: د. صاحب القطان
2 ـ الدليل الموجز في الطب النفسي	تأليف: د. لطفي الشربيني
3 ـ أمراض الجهاز الحركي	تأليف: د. خالد محمد دياب
4 ـ الإمكانية الجنسية والعقم	تأليف: د. محمود سعيد شلهوب
5 ـ الدليل الموجز عن أمراض الصدر	تأليف: د. ضياء الدين الجماس
6 ـ الدواء والإدمان	تأليف الصيدلي: محمود ياسين
7 ـ جهازك الهضمي	تأليف: د. عبد الرزاق السباعي
8 ـ المعالجة بالوخز الإبري	تأليف: د. لطفية كمال علوان
9 ـ التمنيع والأمراض المعدية	تأليف: د. عادل ملا حسين التركيت
10 ـ النوم والصحة	تأليف: د. لطفي الشربيني
11 ـ التدخين والصحة	تأليف: د. ماهر مصطفى عطري
12 ـ الأمراض الجلدية في الأطفال	تأليف: د. عبير فوزي محمد عبدالوهاب
13 ـ صحة البيئة	تأليف: د. ناصر بوكلي حسن
14 ـ العقم: أسبابه وعلاجه	تأليف: د. أحمد دهمان
15 ـ فرط ضغط الدم	تأليف: د. حسان أحمد قمحية
16 ـ المخدرات والمسكرات والصحة العامة	تأليف: د. سيد الحديدي
17 ـ أساليب التمريض المنزلي	تأليف: د. ندى السباعي
18 ـ ماذا تفعل لو كنت مريضاً	تأليف: د. چاكلين ولسن
19 ـ كل شيء عن الربو	تأليف: د. محمد المنشاوي
20 ـ أورام الثدي	تأليف: د. مصطفى أحمد القباني
21 ـ العلاج الطبيعي للأمراض الصدرية عند الأطفال	تأليف: أ. سعاد الثامر

48 ـ الطب البديل (في علاج بعض الأمراض)	تأليف: د. علاء الدين حسني
49 ـ استخدامات الليزر في الطب	تأليف: د. أحمد علي يوسف
50 ـ متلازمة القولون العصبي	تأليف: د. وفاء أحمد الحشاش
51 ـ سلس البول عند النساء (الأسباب ـ العلاج)	تأليف: د. عبد الرزاق سري السباعي
52 ـ الشعرانية «المرأة المُشْعِرة»	تأليف: د. هناء حامد المسوكر
53 ـ الإخصاب الاصطناعي	تأليف: د. وائل محمد صبح
54 ـ أمراض الفم واللثة	تأليف: د. محمد براء الجندي
55 ـ جراحة المنظار	تأليف: د. رُلى سليم المختار
56 ـ الاستشارة قبل الزواج	تأليف: د. ندى سعد اللّه السباعي
57 ـ التثقيف الصحي	تأليف: د. ندى سعد اللّه السباعي
58 ـ الضعف الجنسي	تأليف: د. حسان عدنان البارد
59 ـ الشباب والثقافة الجنسية	تأليف: د. لطفي عبد العزيز الشربيني
60 ـ الوجبات السريعة وصحة المجتمع	تأليف: د. سلام أبو شعبان
61 ـ الخلايا الجذعية	تأليف: د. موسى حيدر قاسه
62 ـ ألزهايمر (الخرف المبكر)	تأليف: د. عبير محمد عدس
63 ـ الأمراض المعدية	تأليف: د. أحمد خليل
64 ـ آداب زيارة المريض	تأليف: د. ماهر الخاناتي
65 ـ الأدوية الأساسية	تأليف: د. بشار الجمّال
66 ـ السعــال	تأليف: د. جُلنار الحديدي
67 ـ تغذية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة	تأليف: د. خالد المدني
68 ـ الأمراض الشرجية	تأليف: د. رُلى المختار
69 ـ النفايات الطبية	تأليف: د.جمال جوده
70 ـ آلام الظهر	تأليف: د.محمود الزغبي
71 ـ متلازمة العوز المناعي المكتسب (الإيدز)	تأليف: د.أيمن محمود مرعي
72 ـ التهاب الكبد	تأليف: د.محمد حسن بركات

73 ـ الأشعة التداخلية	تأليف: د. بدر محمد المراد
74 ـ سلس البول	تأليف: د. حسن عبد العظيم محمد
75 ـ المكملات الغذائية	تأليف: د.أحمد محمد الخولي
76 ـ التسمم الغذائي	تأليف: د. عبدالمنعم محمود الباز
77 ـ أسرار النوم	تأليف: د. منال محمد طبيلة
78 ـ التطعيمات الأساسية لدى الأطفال	تأليف: د. أشرف إبراهيم سليم
79 ـ التوحـد	تأليف: د. سميرة عبد اللطيف السعد
80 ـ التهاب الزائدة الدودية	تأليف: د. كفاح محسن أبو راس
81 ـ الحمل عالي الخطورة	تأليف: د. صلاح محمد ثابت
82 ـ جودة الخدمات الصحية	تأليف: د. علي أحمد عرفه
83 ـ التغذية والسرطان وأسس الوقاية	تأليف: د. عبد الرحمن عبيد مصيقر
84 ـ أنماط الحياة اليومية والصحة	تأليف: د. عادل أحمد الزايد
85 ـ حرقة المعدة	تأليف: د. وفاء أحمد الحشاش
86 ـ وحدة العناية المركزة	تأليف: د. عادل محمد السيسي
87 ـ الأمراض الروماتزمية	تأليف: د. طالب محمد الحلبي
88 ـ رعاية المراهقين	تأليف: أ. ازدهار عبد اللّه العنجري
89 ـ الغنغرينة	تأليف: د. نيرمين سمير شنودة
90 ـ الماء والصحة	تأليف: د. لمياء زكريا أبو زيد
91 ـ الطب الصيني	تأليف: د. إيهاب عبد الغني عبد اللّه
92 ـ وسائل منع الحمل	تأليف: د. نورا أحمد الرفاعي
93 ـ الداء السكري	تأليف: د. نسرين كمال عبد اللّه
94 ـ الرياضة والصحة	تأليف: د. محمد حسن القباني
95 ـ سرطان الجلد	تأليف: د. محمد عبد العاطي سلامة
96 ـ جلطات الجسم	تأليف: د. نيرمين قطب إبراهيم
97 ـ مرض النوم (سلسلة الأمراض المعدية)	تأليف: د. عزة السيد العراقي
98 ـ سرطان الدم (اللوكيميا)	تأليف: د. مها جاسم بورسلي

99 ـ الكوليرا (سلسلة الأمراض المعدية)	تأليف: د. أحمد حسن عامر
100 ـ فيروس الإيبولا (سلسلة الأمراض المعدية)	تأليف: د. عبد الرحمن لطفي عبد الرحمن
101 ـ الجهاز الكهربي للقلب	تأليف: د. ناصر بوكلي حسن
102 ـ الملاريا (سلسلة الأمراض المعدية)	تأليف: د. أحمد إبراهيم خليل
103 ـ الأنفلونزا (سلسلة الأمراض المعدية)	تأليف: د. إيهاب عبد الغني عبد اللّه
104 ـ أمراض الدم الشائعة لدى الأطفال	تأليف: د. سندس إبراهيم الشريدة
105 ـ الصداع النصفي	تأليف: د. بشر عبد الرحمن الصمد
106 ـ شلل الأطفال (سلسلة الأمراض المعدية)	تأليف: د. إيهاب عبد الغني عبد اللّه
107 ـ الشلل الرعاش (مرض باركنسون)	تأليف: د. سامي عبد القوي علي أحمد
108 ـ ملوثات الغذاء	تأليف: د. زكريا عبد القادر خنجي
109 ـ أسس التغذية العلاجية	تأليف: د. خالد علي المدني
110 ـ سرطان القولون	تأليف: د. عبد السلام عبد الرزاق النجار
111 ـ قواعد الترجمة الطبية	تأليف: د. قاسم طه الساره
112 ـ مضادات الأكسدة	تأليف: د. خالد علي المدني
113 ـ أمراض صمامات القلب	تأليف: د. ناصر بوكلي حسن
114 ـ قواعد التأليف والتحرير الطبي	تأليف: د. قاسم طه الساره
115 ـ الفصــــام	تأليف: د. سامي عبد القوي علي أحمد
116 ـ صحة الأمومة	تأليف: د. أشرف أنور عزاز
117 ـ منظومة الهرمونات بالجسم	تأليف: د. حسام عبد الفتاح صديق
118 ـ مقومات الحياة الأسرية الناجحة	تأليف: د. عبير خالد البحوه
119 ـ السيجارة الإلكترونية	تأليف: أ. أنور جاسم بو رحمه
120 ـ الفيتامينات	تأليف: د. خالد علي المدني
121 ـ الصحة والفاكهة	تأليف: د. موسى حيدر قاسه
122 ـ مرض سارس (المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة) (سلسلة الأمراض المعدية)	تأليف: د. مجدي حسن الطوخي
123 ـ الأمراض الطفيلية	تأليف: د. عذوب علي الخضر

145 ـ جائحة فيروس كورونا المستجد وانعكاساتها البيئية	تأليف: غالب علي المراد
146 ـ تغذية الطفل من الولادة إلى عمر سنة	إعداد: المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية
147 ـ صحة كبار السن	تأليف: د. علي خليل القطان
148 ـ الإغـــمـــاء	تأليف: د. أُسامة جبر البكر
149 ـ الحَوَل وازدواجية الرؤية	تأليف: د. نادية أبل حسن صادق
150 ـ صحة الطفل	تأليف: د. نصر الدين بن محمود حسن
151 ـ الجفاف	تأليف: د. محمد عبد العزيز الزيبق
152 ـ القدم السكري	تأليف: د. حازم عبد الرحمن جمعة
153 ـ المنشطات وأثرها على صحة الرياضيين	تأليف: د. مصطفى جوهر حيات
154 ـ التداخلات الدوائية	تأليف: الصيدلانية. شيماء يوسف ربيع
155 ـ التهاب الأذن	تأليف: د. سليمان عبد الله الحمد
156 ـ حساسية الألبان	تأليف: أ. د. لؤي محمود اللبان
157 ـ خطورة بعض الأدوية على الحامل والمرضع	تأليف: الصيدلانية. شيماء يوسف ربيع
158 ـ التهاب المفاصل الروماتويدي	تأليف: د. علي إبراهيم الدعي
159 ـ الانزلاق الغضروفي	تأليف: د. تامر رمضان بدوي
160 ـ متلازمة داون	تأليف: د. أحمد عدنان العقيل
161 ـ عُسر القراءة الديسلكسيا	تأليف: د. أحمد فهمي عبد الحميد السحيمي
162 ـ الرعاية الصحية المنزلية	تأليف: أ. د. فيصل عبد اللطيف الناصر
163 ـ البكتيريا النافعة وصحة الإنسان	تأليف: أ. د. لؤي محمود اللبان
164 ـ الأطعمة الوظيفية	تأليف: د. خالد علي المدني د. غالية حمد الشملان
165 ـ الداء البطني والجلوتين	تأليف: د. عبدالرزاق سري السباعي
166 ـ خشونة المفاصل	تأليف: د. طالب محمد الحلبي
167 ـ الأمراض النفسية الشائعة	تأليف: د. ندى سعد اللّه السباعي

186 ـ حمى الوادي المتصدع	تأليف: أ. د. شعبان صابر محمد خلف الله
187 ـ اضطراب دهون الدم	تأليف: أ. د. يوسف أحمد بركات
188 ـ عُســر الهضــم	تأليف: د. أحمد مهدي محمد عبد العليم
189 ـ حياة الأطفال المصابين بالتوحد وعلاقتها بصحة الفم والأسنان	تأليف: د. عبد الكريم عادل مبروك
190 ـ أمراض مفصل الكتف	تأليف: أ. د. فتحي جابر محمد خلاف
191 ـ مشكلات العظام والمفاصل لدى مرضى داء السكري	تأليف: د. تامر رمضان بدوي
192 ـ التئام الكسور العظمية لدى الإنسان	تأليف: د. طالب محمد الحلبي
193 ـ الحساسية الدوائية	تأليف: أ. د. خالد محسن حسن
194 ـ احمـرار العيــن	تأليف: د. جمال إبراهيم المرجان
195 ـ علاج الآلام المزمنة من خلال اتباع نمط حياة صحي	تأليف: د. عبد الحميد عبد القادر حمد
196 ـ السياحة العلاجية	تأليف: د. يعقوب يوسف التمار
197 ـ الذكاء الاصطناعي في الرعاية الصحية	تأليف: د. ماهر عبد اللطيف راشد
198 ـ النباتـات الطبيـة واستخداماتها العلاجية	تأليف: د. وائل محمد الأغواني

ثالثًا : سلسلة الثقافة الصحية للأطفال

1 ـ البكتيـــريــــا	إعداد وتصميم: أ. د. مرزوق يوسف الغنيم
2 ـ الفطـــريـــات	إعداد وتصميم: أ. د. مرزوق يوسف الغنيم
3 ـ الفيـروســـات	إعداد وتصميم: د. هبــه حافــظ الدالـــي
4 ـ العــيـــــــن	إعداد وتصميم: د. نور محمد سامر العبد الله
5 ـ هيّــا نلعــب	إعداد وتصميم: أ. د. مرزوق يوسف الغنيم
6 ـ الطعام الصحي	إعداد وتصميم: د. أفنــان جـــلال علـــوي
7 ـ النباتات السامة	إعداد وتصميم: غالـــب علـــي المـــراد
8 ـ الحواس الخمس	إعداد وتصميم: أ. د. مرزوق يوسف الغنيم
9 ـ الجهاز الهضمي	إعداد وتصميم: الصيدلانية. هبه إبراهيم قداد
10 ـ الحيوانات الأليفة والصحة	إعداد وتصميم: عصــام وليـــد العبدلـي
11 ـ المـــــرض	إعداد وتصميم: أ. د. مرزوق يوسف الغنيم

رابعًا : مجلة تعريب الطب

1 ـ العدد الأول « يناير 1997 »	أمراض القلب والأوعية الدموية
2 ـ العدد الثاني « أبريل 1997 »	مدخل إلى الطب النفسي
3 ـ العدد الثالث « يوليو 1997 »	الخصوبة ووسائل منع الحمل
4 ـ العدد الرابع « أكتوبر 1997 »	الداء السكري (الجزء الأول)
5 ـ العدد الخامس « فبراير 1998 »	الداء السكري (الجزء الثاني)
6 ـ العدد السادس « يونيو 1998 »	مدخل إلى المعالجة الجينية
7 ـ العدد السابع « نوفمبر 1998 »	الكبد والجهاز الصفراوي (الجزء الأول)
8 ـ العدد الثامن « فبراير 1999 »	الكبد والجهاز الصفراوي (الجزء الثاني)
9 ـ العدد التاسع « سبتمبر 1999 »	الفشل الكلوي
10 ـ العدد العاشر « مارس 2000 »	المرأة بعد الأربعين
11 ـ العدد الحادي عشر « سبتمبر 2000 »	السمنة المشكلة والحل
12 ـ العدد الثاني عشر « يونيو 2001 »	الچينيوم هذا المجهول
13 ـ العدد الثالث عشر « مايو 2002 »	الحرب البيولوچية
14 ـ العدد الرابع عشر « مارس 2003»	التطبيب عن بعد
15 ـ العدد الخامس عشر « أبريل 2004 »	اللغة والدماغ
16 ـ العدد السادس عشر « يناير 2005 »	الملاريا
17 ـ العدد السابع عشر « نوفمبر 2005 »	مرض ألزهايمر
18 ـ العدد الثامن عشر « مايو 2006 »	أنفلونزا الطيور
19 ـ العدد التاسع عشر « يناير 2007 »	التدخين: الداء والدواء (الجزء الأول)
20 ـ العدد العشرون « يونيو 2007 »	التدخين: الداء والدواء (الجزء الثاني)
21 ـ العدد الحادي والعشرون « فبراير 2008 »	البيئة والصحة (الجزء الأول)
22 ـ العدد الثاني والعشرون « يونيو 2008 »	البيئة والصحة (الجزء الثاني)
23 ـ العدد الثالث والعشرون « نوفمبر 2008 »	الألم.. «الأنواع، الأسباب، العلاج»
24 ـ العدد الرابع والعشرون « فبراير 2009 »	الأخطاء الطبية

25 ـ العدد الخامس والعشرون « يونيو 2009 »	اللقاحات.. وصحة الإنسان
26 ـ العدد السادس والعشرون « أكتوبر 2009 »	الطبيب والمجتمع
27 ـ العدد السابع والعشرون « يناير 2010 »	الجلد..الكاشف..الساتر
28 ـ العدد الثامن والعشرون « أبريل 2010 »	الجراحات التجميلية
29 ـ العدد التاسع والعشرون « يوليو 2010 »	العظام والمفاصل...كيف نحافظ عليها ؟
30 ـ العدد الثلاثون « أكتوبر 2010 »	الكلى ... كيف نرعاها ونداويها ؟
31 ـ العدد الحادي والثلاثون « فبراير 2011 »	آلام أسفل الظهر
32 ـ العدد الثاني والثلاثون « يونيو 2011 »	هشاشة العظام
33 ـ العدد الثالث والثلاثون « نوفمبر 2011 »	إصابة الملاعب « آلام الكتف.. الركبة.. الكاحل »
34 ـ العدد الرابع والثلاثون « فبراير 2012 »	العلاج الطبيعي لذوي الاحتياجات الخاصة
35 ـ العدد الخامس والثلاثون « يونيو 2012 »	العلاج الطبيعي التالي للعمليات الجراحية
36 ـ العدد السادس والثلاثون « أكتوبر 2012 »	العلاج الطبيعي المائي
37 ـ العدد السابع والثلاثون « فبراير 2013 »	طب الأعماق.. العلاج بالأكسجين المضغوط
38 ـ العدد الثامن والثلاثون « يونيو 2013 »	الاستعداد لقضاء عطلة صيفية بدون أمراض
39 ـ العدد التاسع والثلاثون « أكتوبر 2013 »	تغير الساعة البيولوجية في المسافات الطويلة
40 ـ العدد الأربعون « فبراير 2014 »	علاج بلا دواء ... عالج أمراضك بالغذاء
41 ـ العدد الحادي والأربعون « يونيو 2014 »	علاج بلا دواء ... العلاج بالرياضة
42 ـ العدد الثاني والأربعون « أكتوبر 2014 »	علاج بلا دواء ... المعالجة النفسية
43 ـ العدد الثالث والأربعون « فبراير 2015 »	جراحات إنقاص الوزن: عملية تكميم المعدة ... ما لها وما عليها
44 ـ العدد الرابع والأربعون « يونيو 2015 »	جراحات إنقاص الوزن: جراحة تطويق المعدة (ربط المعدة)
45 ـ العدد الخامس والأربعون « أكتوبر 2015 »	جراحات إنقاص الوزن: عملية تحويل المسار (المجازة المعدية)
46 ـ العدد السادس والأربعون « فبراير 2016 »	أمراض الشيخوخة العصبية: التصلب المتعدد
47 ـ العدد السابع والأربعون « يونيو 2016 »	أمراض الشيخوخة العصبية: مرض الخرف
48 ـ العدد الثامن والأربعون « أكتوبر 2016 »	أمراض الشيخوخة العصبية: الشلل الرعاش

49 ـ العدد التاسع والأربعون « فبراير 2017 »	حقن التجميل: الخطر في ثوب الحسن
50 ـ العدد الخمسون « يونيو 2017 »	السيجارة الإلكترونية
51 ـ العدد الحادي والخمسون « أكتوبر 2017 »	النحافة ... الأسباب والحلول
52 ـ العدد الثاني والخمسون « فبراير 2018 »	تغذية الرياضيين
53 ـ العدد الثالث والخمسون « يونيو 2018 »	البـــــهـــاق
54 ـ العدد الرابع والخمسون « أكتوبر 2018 »	متلازمة المبيض متعدد الكيسات
55 ـ العدد الخامس والخمسون « فبراير 2019 »	هاتفك يهدم بشرتك
56 ـ العدد السادس والخمسون « يونيو 2019 »	أحدث المستجدات في جراحة الأورام (سرطان القولون والمستقيم)
57 ـ العدد السابع والخمسون « أكتوبر 2019 »	البكتيريا والحياة
58 ـ العدد الثامن والخمسون « فبراير 2020 »	فيروس كورونا المستجد (nCoV-2019)
59 ـ العدد التاسع والخمسون « يونيو 2020 »	تطبيق التقنية الرقمية والذكاء الاصطناعي في مكافحة جائحة كوفيد -19 (COVID-19)
60 ـ العدد الستون « أكتوبر 2020 »	الجديد في لقاحات كورونا
61 ـ العدد الحادي والستون « فبراير 2021 »	التصلُّب العصبي المتعدد
62 ـ العدد الثاني والستون « يونيو 2021 »	مشكلات مرحلة الطفولة
63 ـ العدد الثالث والستون « أكتوبر 2021 »	الساعة البيولوجية ومنظومة الحياة
64 ـ العدد الرابع والستون « فبراير 2022 »	التغيُّر المناخي وانتشار الأمراض والأوبئة
65 ـ العدد الخامس والستون « يونيو 2022 »	أمراض المناعة الذاتية
66 ـ العدد السادس والستون « أكتوبر 2022 »	الأمراض المزمنة ... أمراض العصر
67 ـ العدد السابع والستون « فبراير 2023 »	الأنيميا ... فقر الدم
68 ـ العدد الثامن والستون « يونيو 2023 »	أمراض المناعة الذاتية (الجزء الثاني)
69 ـ العدد التاسع والستون « أكتوبر 2023 »	أمـراض سـوء التغذيـة
70 ـ العدد السبعون « فبراير 2024 »	الأمـراض السرطانية
71 ـ العدد الحادي والسبعون « يونيو 2024 »	صعوبات التعلُّم

خامسًا : الندوات والمواسم الثقافية

1 ـ الندوة الثقافية الأولى	هل نجحت اللغة العربية كوعاء حضاري للمعرفة العلمية؟
2 ـ الندوة الثقافية الثانية	اللغة العربية واستخدام الحاسوب في الاتصالات والتعليم
3 ـ الندوة الثقافية الثالثة	اللغة العربية في معركة الحضارة
4 ـ الندوة الثقافية الرابعة	التعريب من منظور اقتصادي
5 ـ الندوة الثقافية الخامسة	اللغة والدماغ
6 ـ الندوة الثقافية السادسة	تأثير اللغة الأجنبية في اللغة العربية
7 ـ الندوة الثقافية السابعة	تأثير اللهجات المختلفة على اللغة الأم
8 ـ الندوة الثقافية الثامنة	التقييس المصطلحي في البلاد العربية
9 ـ الندوة الثقافية التاسعة	تعريب العلوم الطبية
10 ـ الندوة الثقافية العاشرة	إشكالية تعلم اللغة العربية في التعليم العام والجامعي
11 ـ الندوة الثقافية الحادية عشرة	اللغة العربية والترجمة
12 ـ الندوة الثقافية الثانية عشرة	اللغة العربية والمستوى العلمي للطالب
13 ـ الندوة الثقافية الثالثة عشرة	الترجمة الآلية بين الحلم والواقع
14 ـ الندوة الثقافية الرابعة عشرة	الواقع الميداني في ترجمة العلوم الطبية والصحية
15 ـ الندوة الثقافية الخامسة عشرة	النشر الإلكتروني
16 ـ الندوة الثقافية السادسة عشرة	اللغة العربية بين الفصحى والعامية
17 ـ الندوة الثقافية السابعة عشرة	آلية تنفيذ المناهج الطبية في الكليات الطبية العربية
18 ـ الندوة الثقافية الثامنة عشرة	دور الإعلام في نشر الوعي التعريبي
19 ـ الندوة الثقافية التاسعة عشرة	معوقات التعريب
20 ـ الندوة الثقافية العشرون	اللغة العربية في وسائل الإعلام
21 ـ الندوة الثقافية الحادية والعشرون	اللغة العربية وكفاءة التعليم
22 ـ الندوة الثقافية الثانية والعشرون	استخدام الحاسوب في الترجمة الآلية
23 ـ الندوة الثقافية الثالثة والعشرون	الترجمة الطبية ومشكلاتها
24 ـ الندوة الثقافية الرابعة والعشرون	محتوى اللغة العربية على شبكة «الإنترنت»

25 ـ الندوة الثقافية الخامسة والعشرون	تجربة المركز في ترجمة العلوم الصحية
26 ـ الندوة الثقافية السادسة والعشرون	العلاقة بين اللغة العربية والثقافة
27 ـ الندوة الثقافية السابعة والعشرون	أهمية استخدام اللغة العربية في التعليم العام
28 ـ الندوة الثقافية الثامنة والعشرون	اللقاء التعريفي بالمركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية ـ للمختصين بالمجال الصحي بوزارة الصحة، والمختصين بمجال اللغة العربية والمناهج بوزارة التربية والتعليم (مملكة البحرين)
29 ـ الندوة الثقافية التاسعة والعشرون	القراءة تأصيل للشخصية
30 ـ الندوة الثقافية الثلاثـــــون	اللغة العربية العلمية (تاريخها ـ الترجمة إليها ـ سبل النهوض بها)

الموقع الإلكتروني : www.acmls.org

/acmlskuwait

/acmlskuwait

/acmlskuwait

0096551721678

ص.ب: 5225 الصفاة 13053 ـ دولة الكويت ـ هاتف 0096525338610/1 ـ فاكس: 0096525338618

البريد الإلكتروني : acmls @ acmls.org

ARAB CENTER FOR AUTHORSHIP AND TRANSLATION OF HEALTH SCIENCE

The Arab Center for Authorship and Translation of Health Science (ACMLS) is an Arab regional organization established in 1980 and derived from the Council of Arab Ministers of Public Health, the Arab League and its permanent headquarters is in Kuwait.

ACMLS has the following objectives:

- Provision of scientific & practical methods for teaching the medical sciences in the Arab World.
- Exchange of knowledge, sciences, information and researches between Arab and other cultures in all medical health fields.
- Promotion & encouragement of authorship and translation in Arabic language in the fields of health sciences.
- The issuing of periodicals, medical literature and the main tools for building the Arabic medical information infrastructure.
- Surveying, collecting, organizing of Arabic medical literature to build a current bibliographic data base.
- Translation of medical researches into Arabic Language.
- Building of Arabic medical curricula to serve medical and science Institutions and Colleges.

ACMLS consists of a board of trustees supervising ACMLS general secretariate and its four main departments. ACMLS is concerned with preparing integrated plans for Arab authorship & translation in medical fields, such as directories, encyclopeadias, dictionaries, essential surveys, aimed at building the Arab medical information infrastructure.

ACMLS is responsible for disseminating the main information services for the Arab medical literature.

ISBN: 978-9921-782-67-7

ARAB CENTER FOR AUTHORSHIP AND TRANSLATION OF HEALTH SCIENCE
(ACMLS - KUWAIT)

P.O. Box 5225, Safat 13053, Kuwait

Tel. : + (965) 25338610/1

Fax. : + (965) 25338618

E-Mail: acmls@acmls.org
http:// www.acmls.org

Printed and Bound in the State of Kuwait.

ARAB CENTER FOR AUTHORSHIP AND TRANSLATION
OF HEALTH SCIENCE - KUWAIT

Health Education Series

Medicinal plants and Their therapeutic uses

By

Dr. Wael Mhd Adnan Alaghawani

Revised by

Arab Center for Authorship and Translation of Health Science



في هذا الكتاب

النباتات الطبية هي النباتات التي تمتلك خصائص طبية قادرة على معالجة بعض الأمراض التي تصيب الإنسان والحيوان؛ لاحتوائها على مواد فعّالة في أحد أجزائها أو جميعها. وقد تكون المواد الفعّالة مفردة أو أكثر داخل النبات. ولهذه المواد تأثيرات فيزيولوجية في علاج بعض الأمراض وذلك بعد استخلاصها وتنقيتها.

تمتلك النباتات الطبية خصائص بيولوجية عديدة لذلك يجب اكتشافها والتعرُّف عليها وتوثيقها لاستخدامها مع ضرورة توجيه الآخرين على الكيفية السليمة لاستخدامها، حيث تمتلك بعض النباتات آثارًا جانبية ضارة على الإنسان والحيوان، وفي بعض الأحيان قد تكون سامة.

ونظرًا لأهمية هذا الموضوع فقد جاء اختيار المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية لتأليف هذا الكتاب (النباتات الطبية واستخداماتها العلاجية) ليكون ضمن سلسلة الثقافة الصحية، حيث يتناول الكتاب ذكر بعض النباتات الطبية ومركَّباتها الصيدلانية، واستعراض بعض النباتات الطبية واستخداماتها في علاج بعض الأمراض .